

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

DIVISION DE POSGRADO E INVESTIGACION



LA ADMINISTRACION DEL TIEMPO
FAMILIAR

PROYECTO

PRESENTADO EN CUMPLIMIENTO PARCIAL DE LOS
REQUERIMIENTOS PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRIA EN RELACIONES FAMILIARES

POR

SANDRA LUZ HUEDA ARANDA

CIB
Ej.1



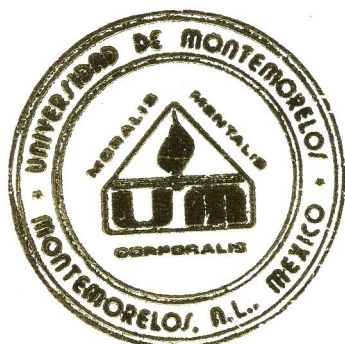
65175

MONTEMORELOS, N. L.

JUNIO DE 1996

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

DIVISION DE POSGRADO E INVESTIGACION



**LA ADMINISTRACION DEL TIEMPO
FAMILIAR**

PROYECTO

**PRESENTADO EN CUMPLIMIENTO PARCIAL DE LOS
REQUERIMIENTOS PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRIA EN RELACIONES FAMILIARES**

POR

SANDRA LUZ HUEDA ARANDA

MONTEMORELOS, N. L.

JUNIO DE 1996

065175



MONTEMORELOS, N.L. MEXICO

**UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS
DIVISION DE POSTGRADO
MAESTRIA EN RELACIONES FAMILIARES**

ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR

Proyecto

**Presentado en Cumplimiento Parcial de los Requerimientos
para Obtener el Grado de Maestría en Relaciones
Familiares**

Por

Sandra Luz Hueda Aranda

**Montemorelos, Nuevo León, México
Agosto de 1996**

ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR

Proyecto

Presentada en Cumplimiento Parcial de los Requisitos para Obtener el Grado de
Maestría en Relaciones Familiares

Por:

Sandra Luz Hueda Aranda

Agosto de 1996

APROBACION POR LA COMISION

PRESIDENTE: 
DR. LUIS ALBERTO DEL POZO

SECRETARIO: 
DR. SEGUNDO LOPEZ

VOCAL: 
DR. RAMON MEZA ESCOBAR

FECHA DE APROBACION: _____

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres Heriberto Hueda y Leticia Aranda de Hueda, con inmenso respeto, agradecimiento y cariño, por su ejemplo, amor y apoyo. Quienes han dedicado su vida en bien de sus hijos. A mis hermanos Enrique y Claudia por su comprensión, cariño y apoyo.

A Sergio mi novio y amigo por su apoyo, confianza y cariño.

A DIOS:

Por la vida, la salud y por darme la oportunidad de llegar a un escalón más en mi desarrollo profesional.

A la familia Meza Fernández por su apoyo. A la familia Carrillo Bolado por su amistad a lo largo de todos estos años y por el apoyo brindado en todo momento.

AGRADECIMIENTOS

Un sincero agradecimiento a mis asesores: Dr. Luis Alberto del Pozo, Dr. Segundo López, Dr. Ramón Meza Escobar. Quienes con esfuerzo y dedicación hicieron posible la realización de este proyecto.

Mi sincero agradecimiento al Dr. Ramón meza quien junto con su familia me apoyaron para realizar este proyecto.

Sincera gratitud a Graciela de Meza, Abel Felipe, Mundo López, Antonio Benitez Antiga, Consuelo Yañez C., quienes en forma desinteresada apoyaron en diferentes aspectos a la realización del proyecto.

A todos mis amigos, ¡Gracias!

PERMISO

Otorgo el permiso a la Maestría de Relaciones Familiares de la Universidad de Montemoreslos para reproducir este estudio ya sea en forma parcial o total para propósitos profesionales, con el entendimiento que de ninguna manera se puede utilizar para fines lucrativos de alguna persona o institución.

FIRMA: _____

FECHA: _____

TABLA DE CONTENIDO

PÁGINA

CAPÍTULO UNO

Introducción y Dimensión del Problema	1
Antecedentes	3
Trasfondo Filosófico	3
Declaración del Problema	4
Objetivo del Trabajo	4
Importancia del Proyecto	5
Definición de Términos	6
Limitaciones	8
Delimitaciones	8
Metodología	8
Organización del Trabajo	9

CAPITULO DOS

MANUAL DEL INSTRUCTOR

Información para el instructor.	11
Unidad Uno Cronograma de la Unidad Uno.	12
"El valor del tiempo y la familia"	14
Importancia del tiempo familiar.	14
Definición de tiempo.	16
Importancia del estudio de la administración del tiempo familiar.	17
El tiempo y la vida cristiana en familia.	19
Inversión valiosa del tiempo familiar.	23
Unidad Dos Cronograma de la Unidad Dos	27
"Administración del tiempo familiar"	29
Definamos administración.	30
Proceso administrativo del tiempo.	31
Importancia que tiene administrar correctamente el tiempo familiar.	33
¿Cómo suplir las necesidades físicas, mentales, emocionales y sociales de la familia?	34
Unidad Tres Cronograma de la Unidad Tres.	37
"Planeación del tiempo familiar"	40
¿Qué es un plan?	40
Cuatro pasos para la planeación.	41
Tipos de planes.	42
Los planes pueden ser...	43
¿Qué significa planear el tiempo familiar?	44
Planes por medio de objetivos	46

Beneficios de planear en base a objetivos.	46
¿Cómo determinar los objetivos?	47
¿Cómo deben ser los objetivos?	47
Evaluación de los objetivos de la planeación del tiempo familiar.	48
Guía para la programación de un objetivo familiar.	48
Objetivos principales en la planeación del tiempo familiar.	49
Métodos de planeación	51
Etapa de identificación de roles	52
Etapa de selección de metas	52
Etapa de evaluación.	53
Unidad cuatro Cronograma de la Unidad Cuatro.	57
"Programación del tiempo familiar"	59
Concepto de programación.	59
Pasos a seguir para lograr una buena planeación del tiempo familiar.	60
¿Cómo programar el tiempo en una forma realista?	61
Factores que influyen en la programación del tiempo familiar.	62
Las necesidades familiares y la programación del tiempo familiar.	63
Aspectos de la vida espiritual en el hogar.	68
Unidad cinco Cronograma de la Unidad Cinco.	71
"Organización del tiempo familiar"	73
Estructura de la organización familiar.	73
Delegar responsabilidades.	75
Comunicación familiar.	76
Importancia de la comunicación.	76
Barreras de la comunicación familiar.	78
Comunicar los cambios de administración del tiempo familiar.	81
Motivación.	82
Preparación para el cambio de la administración del tiempo familiar.	83
Preparación para el cambio de la organización del tiempo familiar.	83
Ejecución del programa de administración del tiempo familiar.	87
Unidad Seis Cronograma de la Unidad Seis.	89
Evaluación del programa familiar.	90
Importancia de evaluar el programa familiar.	91
Métodos de evaluación.	91
Dificultades de la evaluación.	93
Testimonios.	94

CAPITULO TRES

MANUAL DEL PARTICIPANTE

Información para el participante	99
----------------------------------	----

Unidad Uno " Importancia del tiempo familiar"	103
¿Qué es el tiempo?	103
"El valor del tiempo familiar"	104
"El valor de mi tiempo"	104
"Ideas sobre el valor del tiempo familiar"	105
Definición de vida cristiana familiar.	105
Creciendo espiritualmente	106
Autoevaluación.	106
Aplicando la película a mi vida.	107
Unidad Dos "Administración del tiempo familiar"	109
La administración del tiempo familiar.	109
¿Soy buen administrador del tiempo?	110
¿Cómo distribuyo mi tiempo?	110
Beneficiando totalmente a mi familia.	110
¿Cuáles son mis prioridades diarias?	111
Necesidades familiares, un compromiso de amor.	111
Unidad Tres "Planeación del tiempo familiar"	112
Planificando lo importante	112
¿Qué planes tengo para mi vida espiritual?	113
Una mirada a mi agenda.	113
Aplicando actividades.	114
¿Tiene mi vida un plan a seguir?	115
Deberes como esposos y padres.	116
Aplicando los objetivos a mi vida familiar.	116
Tiempo para ordenar mis objetivos.	117
¿Cuáles son mis roles en la vida?	118
¿Cuál es mi misión en base a los diferentes roles que tengo?	118
¿Cómo fijar las metas juntos?	119
¿Cuáles son mis metas personales a corto plazo en base a la administración del tiempo familiar?	119
Autoevaluación sobre el uso del tiempo.	120
Programación anual del tiempo familiar.	121
Unidad cuatro "Concepto de programación"	122
Nuestro concepto de programación.	122
Programando mis prioridades.	122
Administrando el tiempo.	123
Analizando mi agenda personal.	123
Conflicto entre lo urgente y lo indispensable.	124
Programando el tiempo en las área principales.	125
Unidad cinco " Organización del tiempo familiar"	126
Beneficios de la organización del tiempo familiar.	126
¿Cuáles son mis responsabilidades en el hogar?	127
Diferentes roles en mi familia.	127

¿Me comunico eficazmente?	129
Barreras que impiden la buena comunicación familiar.	131
Comunicando el cambio de organización a la familia.	132
¿Qué me motivó al cambio?	133
¿Está mi familia motivada al cambio?	133
Planeando el cambio del uso del tiempo familiar.	134
Influyendo positivamente.	135
Control del cambio	135
Unidad Seis Evaluación del programa familiar.	136
Definiendo evaluación.	136
Evaluando el programa familiar.	136
Evaluando el avance familiar.	137
Dificultades en la evaluación familiar.	138
¿Qué beneficios obtuvimos del seminario en administración del tiempo familiar?	139
¿Qué obstáculos encontraron como familia en el proceso de planeación familiar?	139
¿Cómo influyo en mi familia el cambio de programación de las actividades?	140
¿Cuánto tiempo fué necesario dedicarle a los hijos a fin de lograr los objetivos propuestos en base a todas las necesidades básicas?	141
 CAPITULO CUATRO	
RESUMEN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
Resumen	142
Conclusiones.	143
Recomendaciones.	145
 PRE-TEST	 146
TEST	149
BIBLIOGRAFIA	152

CAPITULO UNO

INTRODUCCIÓN Y DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Para Hazael (1992) uno de los factores más importantes que influyen en el éxito de la vida familiar, es la buena administración del tiempo familiar.

La dedicación excesiva al trabajo y el abandono de otras responsabilidades de la vida familiar, pueden ser consecuencia de no saber cómo distribuir adecuadamente el cronograma de las actividades familiares.

A muchos padres de familia les hace falta tiempo para suplir todas sus necesidades diarias tanto dentro como fuera del hogar, sin embargo, a muchos hijos les sobra tiempo, cuando están dedicados solamente a estudiar este factor no absorbe todas las horas disponibles del día. ¿Qué hacer cuando los padres no tienen tiempo y a los hijos les sobra este recurso?

Es necesario poner en práctica una correcta administración del tiempo y atender las necesidades del hogar para que los hijos ocupen adecuadamente el tiempo libre y no derrochen el tiempo dedicándose a actividades negativas, resulta ser una urgencia impostergable en las familias de nuestro tiempo.

El mismo autor da a conocer algunas ideas comunes que se tienen acerca del tiempo, el día que las familias lleguen a tener una noción clara acerca de la importancia de la distribución del tiempo lograrán tener un equilibrio en los diferentes aspectos de su vida familiar. Por ejemplo le echan la culpa al tiempo cuando en realidad son las personas las que lo han desaprovechado.

El tiempo es un bien muy valioso, y muchas veces no se utiliza de la mejor forma, por lo tanto no se alcanza a cubrir todo lo que se tenía pensado para ese día debido a una mala planeación de las actividades personales y familiares,

frecuentemente se presentan compromisos o actividades no planeadas y se suele decir "no tengo tiempo". Sin embargo, siempre hay tiempo para lo que interesa.

La Universidad de Wisconsin hizo un estudio basado en una persona promedio de 70 años, para saber cómo ha gastado su tiempo, y se descubrió la siguiente distribución: Pasó 20 años durmiendo y practicando algún deporte, 15 años paseándose y divirtiéndose, 13 años trabajando, 8 años mirando televisión y escuchando radio, 5 años afeitándose, 5 años vistiéndose, 3 años comiendo, 3 años esperando algo o alguien, 2 años hablando por teléfono, 1 año encendiendo cigarrillos, 5 meses colocándose los zapatos, y 4 horas sonándose la nariz.

¿Cómo hacer para aprovechar mejor el tiempo?

No cabe duda de la necesidad que existe de aprender a administrar bien el tiempo, el gran don de Dios, que reparte por igual a todos los seres humanos.

La lucha diaria por lograr que el tiempo alcance para que los integrantes de una familia puedan cumplir con todos sus planes disminuirá cuando se logren organizar las actividades sin dejar nada para mañana que deba hacerse hoy, porque de lo contrario el día de mañana tendrá sus propias actividades y la agenda estará más sobrecargada y postergada.

Las sagradas escrituras en Eclesiastés 3:1 al 9 dice lo siguiente:

"Para todas las cosas hay sazón, y todo lo que se quiere debajo del cielo, tiene su tiempo." Tiempo de nacer, y tiempo de morir; tiempo de plantar, y tiempo de arrancar lo plantado. Tiempo de matar, y tiempo de curar, tiempo de destruir, y tiempo de edificar" "Tiempo de llorar, y tiempo de reír, tiempo de endechar, y tiempo de bailar, tiempo de esparcir las piedras, y tiempo de allegar las piedras, tiempo de abrazar, tiempo de alejarse de abrazar.

Tiempo de agenciar, y tiempo de perder, tiempo de guardar tiempo de arrojar, tiempo de romper, y tiempo de coser, tiempo de callar, y tiempo de hablar. Tiempo de amar, y tiempo de aborrecer, tiempo de guerra, y tiempo de paz. ¿Qué provecho tiene el que trabaja en lo que trabaja?"

¿Qué es el tiempo? ¿Cuál es la mejor forma de Administrarlo?

Henry Dobson(1989,13) dice irónicamente. "El tiempo se va, ¿tú dices? ¡Ah, no! ¡Ay!, el tiempo se queda, quien se va soy yo."

Un correcto concepto acerca del uso del tiempo permitirá tener una organización adecuada en la vida diaria de cada integrante de la familia.

Antecedentes

La administración del tiempo familiar es uno de los aspectos de mayor importancia para el desarrollo integral de la familia (Arroyo:1986).

Oliveros (1988) dice que filósofos, científicos, psicólogos, teólogos, maestros, empresarios, artistas, deportistas, estudiantes, amas de casa reconocen la importancia que tiene el tiempo en la vida. Sin embargo no es muy común que las familias sepan organizar su tiempo antes de iniciar cada semana o cada mes para un mejor aprovechamiento del mismo.

Un mal empleo del tiempo crea consecuencias negativas en el desenvolvimiento normal de la vida, porque al no realizarse las actividades necesarias dentro de su debido cronograma, crece el grado de insatisfacción y frustración.

Cualquier actividad de la vida familiar si se apoya en la buena administración, puede disminuir la insatisfacción y al contrario llegar a dejar grandes beneficios. Por lo tanto, debe apoyar sus actividades en la administración para tener un control necesario de todas sus actividades.

Desde el punto de vista de la administración, en cada familia se deben analizar sus valores, sus objetivos y en base a ello organizar el tiempo, motivando la participación de cada integrante de la misma, para que juntos logren el proyecto familiar de llegar a ser buenos administradores del tiempo.

Trasfondo Filosófico.

Es necesario que los padres den la importancia debida al valor del tiempo, viéndolo como una herramienta o un medio para alcanzar la estabilidad familiar, espiritual, económica, social y espiritual (Covey:1994).

La autora del proyecto se identifica plenamente con una filosofía cristiana de la vida, basada en los postulados bíblicos considerados como autoritativos porque son la revelación de un Dios justo y responsable que desea el bienestar integral de la familia humana.

Además acepta que los escritos de Elena de White contiene consejos prácticos inspirados e inspiradores que sirven tanto para la reflexión como para la utilización prudente y seria del tiempo, uno de los más extraordinarios talentos o dones que Dios concede a la familia humana.

Otro aspecto que asume la autora del presente trabajo es que no identifica éxito y progreso con logros solo materiales, económicos o financieros sería caer en el materialismo que domina la vida contemporánea de la sociedad. Busca, por el contrario, un desarrollo armonioso y equilibrado de todas las facultades de los integrantes de la familia que son las física, intelectual, espiritual, social y económicas.

Declaración del Problema

¿Cómo pueden los padres planear, programar, organizar y evaluar el tiempo familiar a fin de suplir las necesidades física, mental, social, espiritual, emocional y a la vez fortalecer la integración en el hogar?

Objetivos del Trabajo

Proporcionar a las familias un manual de administración del tiempo para así ayudar a una rápida integración de la familia a un nuevo programa de aprovechamiento del mismo

Este estudio intenta contribuir al crecimiento y fortalecimiento de las familias por medio de un seminario que enseñe como optimizar el uso del tiempo, teniendo en cuenta los siguientes propósitos:

- Dedicar tiempo como familia para lograr tener una buena comunicación.
- Presentar a los padres un modelo de control del tiempo que puedan aplicar en sus hogares y sirva como un ejemplo a los hijos.
- Hacer comprender que por medio de una buena administración del tiempo familiar se puede ejercer una verdadera superación en las vidas de sus integrantes.
- Comprender que la buena administración del tiempo se logra por medio de esfuerzos sostenidos y constantes hasta que se convierta en un plan habitual de la vida del hogar.
- Permitir que no sólo los padres sean quienes organicen la agenda familiar sino darles la oportunidad a los hijos para que controlen su propio tiempo.
- Comprender el valor que tiene distribuir bien el tiempo para suplir las necesidades básicas, tanto de padres como de los hijos.
- Distribuir las 24 horas del día en bloques definidos o un cronograma familiar, representando las actividades específicas y necesarias como son las siguientes: trabajo, cuidado personal, progreso cultural, culto y adoración, recreación, descanso o plan de estudios, atención doméstica.

Importancia del Trabajo

El presente trabajo será un instrumento para que de manera particular los padres comozcan si están haciendo uso adecuado del tiempo o lo están descuidando y descubran la importancia que tiene dar un propósito principal a todos los días de la vida familiar.

La importancia que los hijos den al tiempo, viéndolo como una herramienta útil en su desarrollo mental, emocional, espiritual y social.

El deseo que tenga la familia de organizar su tiempo a fin de cubrir todas sus actividades.

El deseo de superar todos los obstáculos, venciendo las dificultades y los malos hábitos en el derroche del tiempo.

Aprendiendo como familia que la administración del tiempo familiar es un esfuerzo para los padres, pero que también tiene método de enseñanza-aprendizaje para los hijos inculcándoles de esta forma un buen concepto del tiempo.

Este estudio es importante desde el punto de vista de las relaciones familiares porque aunque toda familia es diferente, todas tienen en común la necesidad de colaborar, participar y convivir como familia sin dejar a un lado las responsabilidades respectivas para cada integrante.

La concientización acerca del valor del tiempo, por parte de los padres, dará la oportunidad para que los hijos den al tiempo su máxima importancia, viéndolo como una herramienta útil en su desarrollo mental, emocional, espiritual y social. A los padres de familia les dará la oportunidad de organizar su tiempo a fin de cubrir todas sus actividades.

Otro aspecto que la autora propone es despertar en los padres el deseo de superar los obstáculos y los malos hábitos que inducen a derrochar el tiempo.

El aprendizaje, como familia acerca de la administración del tiempo es un esfuerzo, no sólo para los padres, sino también para los hijos quienes se familiarizarán con el concepto del cronograma familiar.

Este estudio también es importante desde el punto de vista de las relaciones familiares porque, aunque todos los integrantes de la familia tengan aspiraciones diferentes todos tienen en común la necesidad de colaborar, participar y convivir con la familia.

Definición de Términos

Administración: Proceso de planear, organizar, dirigir y controlar el trabajo de los miembros de la organización y de utilizar todos los recursos disponibles de ella para alcanzar las metas establecidas.

Canal: Medio de comunicación entre un receptor y un emisor.

Codificación: Traducción de información de una serie de símbolos para la comunicación.

Conflicto: Situación en que un individuo se encuentra ante dos o más exigencias compatibles.

Control: Proceso de monitorear las actividades de la organización para comprobar si se ajustan a lo planeado y para corregir las fallas o desviaciones.

Cronograma: Distribución adecuada de las 24 horas del día, de la semana, del mes y del año para cubrir todas las fases de la vida familiar.

Delegación: Acto de asignar autoridad y responsabilidad formal al subordinado para la realización de actividades específicas.

Estrategia: Programa general para definir y lograr los objetivos de una organización, respuesta de ésta a su ambiente a través del tiempo.

Evaluación: Proceso de evaluar el desempeño individual, comparándolo con los estándares u objetivos actuales.

Familia: Parentela inmediata, especialmente el padre, la madre y los hijos.

Integración: Grado en que los empleados de varios departamentos trabajan en forma unitaria.

Meta: Dirección fundamental de una organización: su finalidad, misión y objetivos.

Objetivos: Las metas fijadas de una organización hacia las cuales se canalizan los recursos y esfuerzos.

Organización: Proceso de arreglar, ordenar la estructura de una organización y de coordinar sus métodos y recursos para alcanzar las metas propuestas.

Plan: Conjunto de labores con una finalidad en común.

Planeación: Proceso de establecer objetivos y cursos de acción adecuados antes de iniciar la acción.

Planes de un solo paso: Cursos detallados de acción que se utilizan una sola vez o únicamente en forma esporádica para resolver problemas que no se presentan constantemente.

Planes estratégicos: Planes generales tendientes a definir y alcanzar los objetivos a largo plazo de la organización.

Planes permanentes: Conjunto establecido de decisiones utilizado para ocuparse de las actividades recurrentes de la organización.

Programa: Plan de un solo uso que comprende un conjunto relativamente grande de actividades organizacionales y que especifica los pasos principales, su orden y tiempo, así como la unidad responsable de cada paso.

Programación por fechas: Técnica que agrega detalles y precisión a la gráfica al fijar las fechas particulares en las cuales deben terminarse varias fases del proyecto entero.

Receptor: Individuo cuyos sentidos perciben el mensaje del emisor.

Recurso: Un bien con el que se cuenta, para el cumplimiento de objetivos.

Tiempo: Cronológicamente hablando, dimensión divisible en partes iguales, segundos, minutos, horas, días, semanas, meses, años, siglos, etc.

Valor: Grado de utilidad o aptitud de los seres y de las cosas.

Limitaciones

La realización de este proyecto se ve limitado por lo siguiente:

1. La fase culminante del trabajo se centra en el verano de 1996.
2. El trabajo sólo toca aspectos considerados por el autor como imprescindibles, excluye otros que serían motivo de otro proyecto u otros seminarios.

Delimitaciones

El presente trabajo enfoca el estudio de la administración del tiempo específicamente en la vida familiar, y se aplica a padres e hijos.

Metodología

La metodología que se empleó para la elaboración de este proyecto fué la siguiente:

Se detectó un problema familiar en base a la administración del tiempo.

La elaboración de este trabajo se inició buscando elaborar un manual de administración del tiempo familiar.

El repaso de las fuentes bibliográficas fué hecho principalmente en la biblioteca de la Universidad de Montemorelos, Nuevo León. Como resultado se obtuvieron las fichas respectivas de investigación, las cuáles sirvieron como base para la elaboración del presente proyecto.

Se procedió a desarrollar los diferentes capítulos del proyecto con atención especial a los manuales del instructor y del participante.

En base al problema se estructuró un seminario sobre la administración del tiempo.

Organización del Trabajo

El proyecto está distribuido de la siguiente manera:

El capítulo uno contiene una introducción al trabajo, el problema, descripción del mismo, delimitaciones, limitaciones, supuestos, objetivos del trabajo, definición de términos, metodología y organización del trabajo.

El capítulo dos está formado por un manual para el instructor distribuido en seis capítulos los cuales contienen seis diferentes unidades, cada una con sus respectivas instrucciones para los ejercicios y dinámicas a usarse, la tabla de control para cada sección y la información completa acerca de las actividades del instructor.

En el capítulo tres se presenta el manual del participante que consiste en un cuaderno de trabajo para la realización de ejercicios, cuestionarios, actividades, contiene los mismos capítulos y unidades que el manual del instructor con el cronograma para cada unidad, se incluye la información completa de las actividades del participante. En el capítulo cuatro se presenta un resumen, la conclusión del seminario y del instructor y las recomendaciones para la aplicación de este proyecto.

ADMINISTRACION

DEL **Tiempo**



familiar

MANUAL DEL INSTRUCTOR



SANDRA LUZ HUEDA ARANDA

CAPITULO II

MANUAL DEL INSTRUCTOR

El manual del instructor se encuentra en el capítulo dos del proyecto, en él se explica el desarrollo de cada unidad, así como el apoyo bibliográfico para cada segmento.

Está formado por seis unidades, en cada una de ellas se especifica el proceso a seguir en los ejercicios y dinámicas a realizar por los participantes así como los objetivos de cada actividad.

La dinámica es un momento en el cual los participantes interactúan entre sí para poder llegar a una conclusión sobre el tema analizado.

El ejercicio es una actividad personal en la cual cada participante desarrolla un cuestionario o un inventario de actividades.

El propósito de este manual es que el instructor tenga un modelo a seguir en el desarrollo del seminario así como para cada unidad y ejercicios correspondientes a los temas que se encuentran en el trabajo.

Las unidades que conforman el manual son las siguientes:

UNIDAD I: "El tiempo y su valor en la familia"

UNIDAD II: "Administración del tiempo familiar"

UNIDAD III: "Planeación del tiempo familiar"

UNIDAD IV: "Programación del tiempo familiar"

UNIDAD V: "Organización del tiempo familiar"

UNIDAD VI: "Evaluación del programa del tiempo familiar"

UNIDAD UNO

"EL VALOR DEL TIEMPO Y LA FAMILIA"

TIEMPO : DOS HORAS CON TREINTA MINUTOS.

Estratégias			Tiempo asignado en minutos
DINAMICA	1	<i>Integración del grupo</i>	15
SEGMENTO	1	<i>El valor del tiempo y la familia</i>	15
DINAMICA	2	<i>¿Qué es el tiempo?</i>	10
SEGMENTO	2	<i>Importancia del estudio de la administración del tiempo familiar.</i>	15
DINAMICA	3	<i>El valor del tiempo familiar.</i>	10
EJERCICIO	1	<i>El valor de mi tiempo</i>	5
DINAMICA	4	<i>Ideas sobre el valor del tiempo familiar</i>	10
SEGMENTO	3	<i>El tiempo y la vida cristiana en familia.</i>	20
R E C E S O			10
EJERCICIO	2	<i>"Definición de vida Crstiana Familiar"</i>	10
DINAMICA	5	<i>Creciendo espiritualmente</i>	20
SEGMENTO	4	<i>"Inversión valiosa del tiempo familiar"</i>	15
EJERCICIO	3	<i>"Autoevaluación".</i>	10
PELICULA		<i>"Administración positiva del tiempo"</i>	30
EJERCICIO		<i>"Aplicación de la película a mi vida familiar"</i>	10
Total			200

SECCION UNO

"IMPORTANCIA DEL TIEMPO FAMILIAR"

OBJETIVOS:

- Comprender la importancia del tiempo.
- Comprender el concepto tiempo.
- Conocer la relación que tiene el uso del tiempo con la relación con Dios.
- Valorar individualmente en familia el don del tiempo.

TIEMPO APROXIMADO:

Tres horas con veinte minutos.

MATERIAL PARA EL PARTICIPANTE:

Manual del participante y gafete.

Lápices.

MATERIAL DIDACTICO:

Música instrumental

Grabadora.

Pizarra, gises.

Retroproyector

Acetato con la definición del tiempo.

Película: Administración positiva del tiempo.

DESARROLLO DEL SEMINARIO

DINAMICA 1 "INTEGRACION DEL GRUPO" (15 MIN)

Moderador:

- Dará la bienvenida a las parejas, felicitándolos por su asistencia al seminario.
- Describirá los objetivos que se tienen al desarrollar el seminario.
- Pedirá a los asistentes que anoten su nombre en la tarjetita que está dentro de la carpeta, introducir en el gafete y colocar en la ropa, a la altura del pecho para que se identifiquen unos a otros.
- Las parejas se presentarán indicando su nombre, profesión u ocupación a la que se dedican, lugar de procedencia y sus expectativas particulares al asistir a este seminario.

SEGMENTO UNO: Introducción 15 min

"EL VALOR DEL TIEMPO Y LA FAMILIA"

Moderador:

- Dará una introducción sobre el estudio del tiempo.
- Ofrecer a las parejas el material del seminario como una guía para poder organizar su tiempo familiar.
- Para inducir a las parejas al tema les hará la siguiente pregunta:

¿Qué es el tiempo?

GUIA DEL SEGMENTO UNO

"IMPORTANCIA DEL TIEMPO Y LA FAMILIA"

El tiempo es la oportunidad para prepararse espiritual, emocional y físicamente, es por ello que las familias deberían de emplearlo de la mejor manera

para obtener el máximo provecho en cada una de estas áreas a fin de entregar buenas cuentas a Dios (White:1995).

Según Larry (1981) el tiempo significa un plan establecido, acordado, de dedicación a Dios no sólo individualmente sino también en familia, ya que la devoción familiar, significa una buena inversión del tiempo. Por esta razón es de vital importancia el estudio de la administración del tiempo a toda edad, en todo momento ya que el tiempo tiene su origen en Dios, porque él es el fundamento de la vida y la vida significa tiempo, y el tiempo significa éxito o fracaso, vida eterna o perdición eterna.

DINAMICA 2

¿Qué es el tiempo?

10 min

Objetivos:

- Comentar en grupo las diferentes definiciones que existen sobre el tiempo.
- Integrar al grupo en el tema, interesándolo para que lleguen a una definición personal sobre la noción del tiempo.
- Llegar a una definición final en base a las opiniones del grupo.
- Comprender que el tiempo se interpreta de acuerdo a los intereses de cada persona.

Moderador.

- Planteará al grupo la pregunta, ¿Qué es el tiempo? Dándole oportunidad al auditorio para elaborar la respuesta en base al tipo de inversión de tiempo que que están teniendo.
- En la pizarra anotará las diferentes ideas del grupo.
- De todas las ideas, formar un concepto abarcante y globalizador.
- Presentará al grupo la definición de tiempo desde un enfoque Cristiano.
- Presentará las diferentes definiciones que existen de otros autores.
-

DIFERENTES DEFINICIONES DEL TIEMPO

Incluir un acetato con las diferentes definiciones del tiempo.

Antes de analizar la forma como se está haciendo uso del tiempo en la familia es necesario tener un claro concepto de lo que este significa, no sólo en el ámbito cristiano sino también desde el punto de vista secular.

White (1971) dice que el tiempo es un don de Dios el cual se debe cuidar celosamente.

Para Christerson (1987) el tiempo significa un momento establecido en la familia para acercarse a Dios, buscar la consagración individual y familiar en todas las áreas importantes de la vida, así como al cuidado de la mente por medio de actividades positivas y buenas aspiraciones en la vida.

Para Covey (1994) el tiempo es una brecha entre la vida y la muerte, la oportunidad de lograr el equilibrio entre lo que se piensa y debe hacerse, la decisión de vivir en calma o intensamente, significa el éxito o fracaso.

Según Rosalind (1984) el tiempo debe tener un valor y un significado especial en la familia ya que es la oportunidad de interactuar entre sí y reforzar la fe cristiana, es el medio por el cual se suplen las necesidades básicas de la misma.

El tiempo para Kenneth (1982) es un lapso por el cual se logran los diferentes objetivos y deseos en la vida ya sea a un plazo mínimo, a largo plazo o con un proceso holgado, en el cual se ejecutan los planes personales y familiares, significa la oportunidad de decidir entre vivir ordenadamente y con buenas consecuencias o vivir sin organización aceptando las prisas y carencias que la vida traiga consigo.

Jones (1990) dice que el tiempo es parte de la vida misma, significa darse lo mejor posible, organizando las actividades necesarias para la familia, buscando un momento para gozar del aire puro, sol, descanso, el ejercicio y la confianza en el poder divino, además de dedicar las horas necesarias para el trabajo dentro y fuera del hogar.

SEGMENTO DOS:**15 min****"IMPORTANCIA DEL ESTUDIO DE LA ADMINISTRACION DEL
TIEMPO FAMILIAR"****Moderador:**

- Expondrá las diferentes razones por las cuales se debe estudiar el uso del tiempo en la familia.
- Describirá la importancia que tiene administrar el tiempo en los diferentes aspectos de la vida familiar como son: espiritual, mental, social y físico.

GUIA DEL SEGMENTO DOS:

Para Golf (1991) el estudio acerca de la administración del tiempo en el ámbito familiar, es de suma importancia ya que él da sentido a la vida, contribuye a lograr los objetivos propuestos en la vida hogareña y también a lograr un desarrollo armonioso en las diferentes fases de la vida.

Por medio de una buena administración del tiempo se puede lograr un máximo rendimiento diario en las actividades individuales familiares o personales.

El concepto del tiempo puede verse desde dos diferentes enfoques, el cristiano y el secular.

Según Stoner (1987) no sólo las empresas necesitan aprender a administrar su tiempo, sino también las familias porque en base a un cronograma bien definido se asegura el éxito en la vida. El mismo autor al hablar de administración no se refiere solamente a empresas o negocios, sino también a la responsabilidad de cada ser humano de distribuir su tiempo adecuadamente a lo largo de su vida. McCay (1989) comenta que en la época actual se exige mayor rendimiento laboral, académico en menor tiempo a las personas que en los años pasados esto lleva a las familias a necesitar más tiempo del que tienen asignado para el empleo y así lograr satisfacer las demandas y presiones de la sociedad sin darse cuenta que es necesario organizarse en las actividades diarias en base a lo prioritario, pero si las familias no están conscientes

de la importancia que tiene en la actualidad llevar un buen control del tiempo así como lo llevan de sus ingresos, están destinados a ser del grupo que siempre tendrán compromisos pendientes por hacer.

Las familias que no le dan importancia a un cronograma bien estipulado y elaborado pasan mayormente trabajando y ocupándose de cualquier otra actividad menos a la del crecimiento espiritual y de la consolidación de la unión familiar.

Golf (1991) dice que la importancia que se le dé al tiempo, se refleja en la forma de administrarlo, la mayordomía cristiana involucra el servicio que el cristiano rinda a Dios, pero es necesario que se reconozca también que el mismo es un regalo divino y que debe ser administrado de acuerdo con su voluntad y darle gloria. De ahí parte lo importante que es para cada ser humano aprender a administrar bien este recurso y hacer inversión de el mismo de una manera inteligente.

Taylor (1991) comenta que los niños deben saber la importancia que tiene para su desarrollo el aprender a respetar el cronograma familiar. Esta es otra de las responsabilidades de los padres, educar a sus hijos a ser buenos mayordomos por medio de principios bíblicos.

Una forma de dar a los hijos educación sobre la importancia del tiempo dentro de la vida familiar, es organizando las actividades de los niños permitiendo que ayuden en las labores del hogar y viendo que los padres saben organizar su vida.

DINAMICA 3 "EL VALOR DEL TIEMPO FAMILIAR" 10 MIN

Participantes:

La pareja definirá lo que entiende por el valor del tiempo familiar y lo redactará en el manual del participante.

EJERCICIO 1 "EL VALOR DE MI TIEMPO" 5min

Participantes:

Contestarán el cuestionario sobre el valor del tiempo personal que está en el manual del participante.

DINAMICA 4

10 min

"IDEAS SOBRE EL VALOR DEL TIEMPO FAMILIAR"

Objetivos:

- Los participantes explicarán el concepto que tienen sobre el valor del tiempo en la familia.
- Expondrán ideas de cómo mejorar el concepto del tiempo dentro de su familia.
- Llegarán a una conclusión sobre cómo transmitir el valor del tiempo a los hijos.
- Seleccionarán las conclusiones más importantes a las que ha llegado el grupo y las anotarán en la pizarra.
- Reunirse en grupos de dos parejas y discutir la forma como ellos van a valorar su tiempo individual y en que forma va a ayudar a los miembros de la familia a estar mejor organizados.

SEGMENTO 3

15 min.

"EL TIEMPO Y LA VIDA CRISTIANA EN FAMILIA"

OBJETIVOS:

- Definir el concepto de vida cristiana.
- Que los padres de familia comprendan la importancia que tiene dedicar un tiempo a la devoción personal y familiar.
- Comentar las diferentes formas en que se puede dedicar tiempo a la vida cristiana.

INSTRUCTOR:

- Planteará la siguiente pregunta clave para esta sección, que es.
- ¿En familia dedican tiempo a la devoción personal, familiar y eclesial?

GUIA DEL SEGMENTO TRES

20 MIN

" EL TIEMPO Y LA VIDA CRISTIANA EN FAMILIA "

Para Guillem (1991) el día cuándo se le deje de dar tanta importancia al televisor, ese día los padres podran darse cuenta del tipo de diálogo y convivencia que están teniendo como familia, así como la importancia que tiene reunirse sin prisas, sin preocupaciones para un momento de convivencia familiar y estudiar la palabra de Dios, es entonces cuando tendrán una clara diferencia de lo que es reunirse alrededor de la pantalla y lo que es reunirse para estudiar la palabra de Dios.

Los padres deben dedicar tiempo diariamente a la vida cristiana, evitando acudir a Dios solo cuando se tenga alguna necesidad o petición especial. Si se deja demasiado tiempo para otras actividades y no se dedica tiempo a lo espiritual, se corre el riesgo que alguno de los miembros pierda el interés de reunirse en familia para suplir la necesidad espiritual.

Según White (1974) una persona con carácter firme, con objetivos específicos, con deseos de superarse en todos los sentidos de la vida, sabrá que no puede alcanzar la perfección ni tener éxito al menos que dedique tiempo a su relación con Dios.

Guillem (1991) asegura que cada familia tiene necesidad de consagrarse todos los días y dedicar tiempo a Dios, cree que la iglesia y la familia son como una célula, pero muchas veces se dedica tiempo para apoyar a la iglesia, para predicar fuera del hogar descuidando a la célula principal, dejando que la experiencia cristiana familiar vaya decayendo a tal punto llegar a perder el interés por asistir a las reuniones eclesíasticas y a toda actividad que tenga que ver lo espiritual ya sea a nivel personal o familiar.

Según Golf (1990) el verdadero propósito de los cultos familiares es tener un encuentro con Dios, formar un modelo de personalidad a seguir tanto en los padres como en los niños, estimulando en ellos un amor por lo espiritual, facilitando la

comunicación con Dios y en la familia misma. Si se pierde de vista este propósito, también se perderán de vista los objetivos, fines y deseos cristo céntricos de superación, es ahí cuando el hogar estará navegando en el rápido ir y venir del tiempo ocupando sus días con actividades vanas que suplan solamente las necesidades físicas y materiales dejando un vacío espiritual que se acentuará día a día.

Para Larry (1981) el verdadero secreto de una familia estable está en el buen uso del tiempo que permita cultivar adecuadamente la relación familiar con Cristo.

Para Scillins (1984) es indiscutible que la mejor forma de proteger a la familia de los problemas actuales de la sociedad es por medio de la religión y los cultos familiares, un momento en el cual se tendrán pláticas acerca de la Biblia, de la vida de Jesús, ayudando a formar conductas ejemplares, hijos con altos principios, optimistas y llenos de la esperanza divina, como consecuencia los padres sentirán la seguridad de estar siendo dirigidos por Dios y el amor conyugal se verá alimentado y fortalecido por la presencia de Jesucristo en la vida práctica diaria.

Gene (1987) comenta que la familia es una iglesia en miniatura, donde se debe buscar la madurez y características cristianas que son: la fe, la esperanza, el amor, dándole mayor importancia al amor, estando conscientes los padres que estas tres cualidades no viene por sí solas, sino por medio de la dedicación y entrega diaria a Dios, buscando un tiempo a la consagración familiar. Cuando se logren formar estas cualidades en la vida, nada de lo que amenace la estabilidad familiar podrá hacer daño, ya que los hijos estarán protegidos contra la maldad que impera en la sociedad y los padres estarán tomados de la mano de Dios a fin de poder soportar las pruebas y dirigir inteligentemente el hogar para que este no naufrague en el fracaso por falta de dedicación espiritual.

1.- Importancia del culto familiar.

Está al alcance de todos tener una familia sana y feliz, fortalecida por bases morales, ya que estas son muros contra vicios, corrupción y delincuencia, son familias donde se adora a Dios y se planifica la vida dentro y fuera del hogar buscando los mejores métodos para alcanzar la felicidad duradera, el método principal para lograr

este objetivo es dedicarle tiempo al altar familiar logrando crecer espiritualmente y tener una relación fuerte y duradera con el Señor (Collins:1988).

Dios ha decretado que la familia sea un vínculo donde exista amor, y se tenga una educación Cristiana. El hogar es la primera escuela del niño, desde ahí empezará a valorar el tiempo disponible que tenga y la importancia que le dé a estar en comunión con Dios, como dice Salomón en Proverbios 22:6 es necesario educar al niño desde pequeño para que cuando llegue a adulto y forme un hogar también dé la importancia debida a los cultos familiares y no permita pasar un día sin tener devoción personal y familiar (White: 1975).

Al hablar del culto familiar se refiere a los reuniones matutinas y vespertinas, es dedicar un espacio a la oración y alabanza a Dios. Un tiempo donde el niño aprenda las responsabilidades cristianas y vea a su familia reunida para consagrarse más al Señor y pedir en oración por las necesidades que tengan a sí como agradecer por las dadas diamente. Cuándo se dedique un tiempo para crecer espiritualmente, se le estará dando la importancia necesaria al uso del tiempo (Rosalind:1980).

RECESO

10 min

EJERCICIO 2 "DEFINICION DEL VIDA CRISTIANA FAMILIAR" 10 MIN

Definirán por parejas el concepto de vida Cristiana familiar, anotándolo en la sección correspondiente del manual.

DINAMICA 5 " CRECIENDO ESPIRITUALMENTE" 10 min

- Organizar equipos en base al número de participantes, cuidando que las parejas queden en el mismo equipo, para comentar las diversas formas en las que se puede dedicar tiempo al crecimiento cristiano diario en la familia.
- Pedirle a cada equipo que mencione una actividad.

- Anotarlas en la sección correspondiente del manual.
- Anotar en la pizarra las actividades más importantes y realistas.
- Separarse por parejas y acordar si les interesa poner en práctica las actividades definidas en el grupo hacer el compromiso firmando ambos los dos manuales del participante.

SEGMENTO CUATRO

20 min

"INVERSION VALIOSA DEL TIEMPO FAMILIAR"

El valor que se le dé al tiempo se verá reflejado en la forma como se invertirá diariamente, en base a las prioridades que se tengan para cada día. Un elemento importante sobre la distribución valiosa del tiempo es hacer cotidianamente un inventario de las cosas importantes que se tienen que realizar al día siguiente, asegurando el éxito de cada actividad y evitando así hacer una inversión negativa del tiempo personal o familiar. El cronograma del tiempo será de mucho beneficio para las familias, uno de ellos es corregir los errores inmediatamente consientizando a los padres para que logren tener un control adecuado del tiempo familiar. La mayor parte de las personas no logran percatarse de la forma como invierten las horas del día y tampoco se dan cuenta de la importancia que tiene para su propia vida administrar el tiempo y los grandes beneficios que traerá a la familia corregir la forma como lo están gastando(Ted:1967).

Las personas generalmente cuidan la clase de inversión que hacen de sus bienes materiales , eligen la mejor forma de administrar su capital con la finalidad de obtener un buen rendimiento financiero y así tener siempre disponible capital para suplir todas sus necesidades, sin embargo con el recurso del tiempo no se tiene este estricto cuidado, se derrocha este bien como si no tuviera valor alguno sin darse cuenta que al final del día la cartera del tiempo estará nuevamente vacía y muchas de las actividades importantes quedarán sin realizar (James:1989).

La inversión del tiempo debe cubrir primeramente las cinco necesidades básicas de la familia que son la espiritual, física, material, mental y la social, para la correcta satisfacción de ellas se necesita lograr un buen equilibrio del tiempo, evitando invertirlo sólo en lo urgente olvidándose de suplir las necesidades básicas de la familia. Es necesario estar conscientes de la profundidad de estas fases para así poder darle el valor necesario ya que en gran parte depende de ellas la realización completa y satisfactoria de la familia y en cada uno de sus integrantes. Si se invierte más tiempo en una de estas fases se está reduciendo la calidad de vida y se corre el riesgo de adquirir el hábito de atender solo lo urgente, cuanto más tiempo adapte la persona sólo a lo urgente mayor será su adicción al apresuramiento y a la improvisación y cuanto mayor tiempo invierta en satisfacer estas cuatro necesidades mayor será la calidad de vida de la familia (Covey:1994).

1. Necesidad espiritual. Es conocer el sentido y la finalidad que tiene la vida, buscando diariamente el desarrollo cristiano bajo la luz de Cristo, procurando siempre un momento para tener el culto familiar, el culto personal, separando además el tiempo correspondiente para asistir a las actividades de la Iglesia, logrando de esta manera desarrollarse espiritualmente dentro y fuera del hogar buscando primeramente la dirección divina (Golf:1983).
2. Necesidad física: Es necesario disfrutar de tiempo libre para hacer ejercicio ya que ello beneficiará a la persona grandemente. Las autoridades médicas reconocen que existe una relación entre la mente y el cuerpo, por lo tanto, la cantidad de ejercicio que se haga en el día es la cantidad de beneficio que se tendrá en el corazón y el cerebro, además de disminuir la tensión, las personas que tengan problemas dentro del hogar si invierten un poco de tiempo para ejercitarse físicamente podrán superar las tensiones con mayor facilidad y también será una gran oportunidad para convivir como familia mientras realizan ejercicios en conjunto. La inversión del tiempo en el área física también involucra la vestimenta, alimentación adecuada si no se cuentan con estos factores en una forma saludable se estará perjudicando la vida familiar. Una salud excelente se

obtiene a raíz de buenos principios alimenticios, el descanso apropiado y el pensamiento positivo, la necesidad física no abarca solamente el verse bien sino la totalidad de estar bien (Covey:1993).

3. Necesidad social: El hogar es parte de la sociedad, se dice que es la piedra angular de la sociedad misma, por lo tanto, cada integrante de la familia tiene la necesidad de relacionarse ya sea los hijos con sus compañeros de escuela, los padres con sus compañeros de trabajo, vecinos, familiares en fin, si la familia goza de una buena relación social y toma tiempo para invertir en fomentar las relaciones interpersonales se podrá estar mas seguro de pertenecer a una familia sana emocionalmente, pero si por lo consiguiente la familia está aislada y no cuenta con amistades o relaciones con familiares se sabrá que la inversión en cuanto al aspecto social ha sido pobre. Las consecuencias que trae suplir dicha necesidad son una autoestima sana, una convivencia normal dentro y fuera del hogar, logrando así compartir más fácilmente con los demás. El sentimiento de soledad o aislamiento no será frecuente si la familia es socialmente activa y en momentos de crisis se tendrá a quien recurrir y a quién apoyar.

Las buenas relaciones sociales nacen a base de confianza, cuando la familia tiene la capacidad de establecer compromisos y ser amigos sin condiciones, dedicar tiempo a nuevas amistades, a cultivar las viejas amistades es mucho más sano que derrochar el tiempo frente al televisor lo cual no redituará ninguna ganancia provechosa (Arroyo:1986).

4. Necesidad mental: Involucra un progresivo desarrollo personal y profesional. En la actualidad la mayor parte de las personas se preparan para competir por un trabajo, un rango, para obtener mayor cantidad de dinero y satisfacer así las necesidades materiales sin preocuparse por invertir tiempo en cultivar su personalidad y lograr adquirir buenos hábitos que le ayuden a superar las crisis en la vida, no solo la material sino en cualquiera de las necesidades primordiales de la familia. Por medio de un crecimiento mental se logra una autoestima sana y un desempeño laboral y familiar apropiado, las personas que dedican un poco de su

tiempo a desarrollarse en esta área se puede decir que está supliendo una de las necesidades primordiales en su vida (Covey:1994).

EJERCICIO TRES "AUTOEVALUACION" 5 MIN.

Participante:

- Contestará en su manual el ejercicio de "Autoconocimiento"
- Sección de preguntas y respuestas.
- Se proyectará la película: "Administración positiva del tiempo"

La cual se encuentra en la biblioteca de la Universidad de Montemorelos, en el área de recursos didácticos.

PROYECCION DE LA PELICULA: 30 min.

"Administración positiva del tiempo"

EJERCICIO 4 "Aplicando la película a mi vida" 10 min.

Instructor:

- Pedirá a los participantes que compartan con las demás personas las diferentes lecciones que pudieron obtener de la película.
- Anotar en la sección correspondiente del manual las conclusiones a las que se llegó en el grupo en cuanto a la aplicación de la película a la vida familiar.

CRONOGRAMA DE LA UNIDAD DOS

"ADMISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

Tiempo: Dos horas con treinta minutos

Estrategias	Tiempo asignado en minutos.
Dinámica 1 <i>"Distintivos"</i>	15 min
Segmento 1 <i>Definamos administración del tiempo familiar</i>	15 min
Dinámica 2 <i>"La administración y el tiempo familiar"</i>	15 min
Ejercicio 1 <i>¿Soy buen administrador del tiempo?</i>	5 min
Segmento 2 <i>Procesos administrativo del tiempo familiar.</i>	20 min
Ejercicio 2 <i>¿Cómo distribuyo mi tiempo?</i>	5 min
Segmento 3 <i>Importancia que tiene saber administrar el tiempo familiar</i>	20 min
Dinámica 3 <i>Beneficiando totalmente a mi familia.</i>	15 min
Ejercicio 3 <i>¿Cuáles son mis prioridades diarias?</i>	10 min.
Segmento 4 <i>¿Cómo suplir las necesidades física, mentales, espirituales y sociales en base a una buena administración del tiempo?</i>	15 min
Dinámica 4 <i>" Necesidades familiares, un compromiso de amor"</i>	15 min.
	Total 150 min.

UNIDAD DOS

ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR

OBJETIVOS:

- Que las parejas comprendan la importancia que tiene en la familia aprender a administrar el tiempo.
- Motivarlos a suplir las necesidades básicas en la familia por medio de una buena administración de su tiempo.

TIEMPO APROXIMADO:

Dos horas con treinta minutos.

MATERIAL PARA LOS PARTICIPANTES:

- Lápices.
- Manual del participante.

MATERIAL DIDACTICO:

- Pizarra, gises o plumones.
- Retroproyector.
- Acetatos con los diferentes conceptos de administración.
- Acetato con las cuatro necesidades básicas de la familia.
- Distintivos de bienvenida.

ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR

ESTRATEGIAS:

En esta sección se presentan las actividades que están planeadas para el segmento número dos.

DINAMICA 1 " DISTINTIVOS" 15 min.

Instructor:

- Dará la bienvenida a las parejas al seminario, motivándolas a seguir con ánimo hasta terminarlo.
- En este ejercicio se repartirán cuatro diferentes preguntas entre los participantes.
- Se entregará un distintivo por pareja, al reverso tendrá escrita cada una de las preguntas..
- Las personas que tengan el mismo ejercicio por resolver, deberán de reunirse para discutirlo y llegar a una conclusión.
- Se espera que cada grupo dé dos diferentes respuestas.
- Las escribirán en el manual del participante.
- Las preguntas son las siguientes: ¿Cuáles son los beneficios que trae tener una buena administración del tiempo familiar? ¿Qué características presentan las familias que tienen bien administrado su tiempo? ¿Cuáles son las características de las familias que no tienen control de su tiempo? ¿Qué razones les darían a las familias para que tengan una buena administración del tiempo?
- Al final presentarán las conclusiones a las que han llegado.

SEGMENTO UNO: 15 min

¿ Qué es la admistración y que relación tiene con la familia?

Instructor:

- Explicará el concepto de administración y su aplicación que tiene en las empresas.
- Aplicará la administración a la familia, comentando que toda familia es una empresa que tiene un bien que cuidar, el cual es el tiempo.

" DEFINAMOS ADMINISTRACION"

Administración es planear, organizar, motivar, tener el control de las actividades diarias (Hicks:1987).

Según Covey (1994) la administración es actuar con eficacia, con responsabilidad en base a planes y objetivos, por medio de una programación de actividades sin perder de vista las prioridades familiares y personales.

El concepto de administración para George (1976) es que significa establecimiento de un programa de actividades realista, en base a objetivos, sin perder de vista que lograr las metas propuestas resulta a veces complejo y difícil. El concepto de administración cambia de un autor a otro, debido a lo abarcante que es esta área, ya que es un proceso complejo, que demanda planeación y dirección para poder así alcanzar las metas establecidas. En este proceso se involucran a todas las personas que conforman una empresa que en este caso viene siendo la familia.

DINAMICA 2: "La administración y el tiempo familiar." 15 min

Objetivos:

- Identificar las formas como puede aplicarse la administración a la empresa familiar.
- Ayudar a los padres de familia a ver los beneficios que trae llevar un buen control del tiempo tanto personal como familiar.

Instructor:

- Dirigirá la dinámica, iniciando con la pregunta ¿Cómo puede usted utilizar la administración para lograr tener un buen uso del tiempo familiar?
- Identificar tres formas como puede aplicarse la administración al tiempo familiar.
- Reunirse con otra pareja e intercambiar ideas sobre el tema.

- Anotar en el pizarrón las ideas más interesantes sobre la aplicación de la administración al buen funcionamiento de la familia.

EJERCICIO 1 *¿Soy buen administrador?* **5 min**

Instructor:

El participante contestará el cuestionario llamado ¿Soy buen administrador? que se encuentra en la sección correspondiente en el segmento uno de la unidad dos.

SEGMENTO DOS: **20 min**

"PROCESO ADMINISTRATIVO DEL TIEMPO FAMILIAR"

Para lograr tener una excelente administración es necesario seguir el proceso de planeación, organización, motivación y control para poder alcanzar los objetivos fijados.

Según Stoner (1994) existe un proceso administrativo familiar y es el siguiente:

PROCESOS DE LA ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR.

1. **Planeación de las actividades,** La planeación es una de las funciones administrativas más importantes para organizar óptimamente la vida familiar. En esta sección se planean las actividades mediante las cuáles se permite ver la importancia de la planificación del tiempo en el hogar.
2. **Organización del tiempo.** Es necesario que cada familia tenga en mente administrar su tiempo adecuadamente mediante un cronograma bien establecido que abarque las fases física, mental, social, espiritual y mental ya que son las más importantes de la vida.
3. **Motivación a la familia** La motivación canaliza el comportamiento humano. La familia está compuesta por personas que son sensibles al elogio y al estímulo, expresados con palabras y acciones, las cuales necesitan sentirse eficientes en la

propia administración del tiempo y en su aportación al hogar, saber que son capaces de lograr los objetivos propuestos. Otro tipo de motivación es que las actividades planeadas no sean repetitivas y aburridas sino actividades interesantes, que suplan la necesidad de logro y permitan realizar un trabajo significativo motiva a las personas a seguir con entusiasmo en el plan trazado, los padres de familia deben compartir con los hijos la responsabilidad de administrar bien el tiempo dentro y fuera del hogar, organizándolo y analizando cada beneficio con interés. Otro tipo de motivación es recibir un premio después de haber logrado un objetivo. Los elogios también fortalecen a las personas. Por ejemplo cada vez que el niño llegue puntual a la casa o haga su tarea es necesario motivarlo con el fin de hacerle sentirse capaz de hacer las cosas y ver que los padres valoran la aportación que está dando al hogar.

4. **Control o evaluación del programa.**: El control completa el ciclo de la administración ya que mide las funciones y los resultados en base a las actividades, tomando medidas correctivas si es necesario. Significa que los padres tratarán de asegurar que la organización siga un curso adecuado a fin de obtener los mejores resultados del programa familiar y lograr las metas propuestas, si en algún momento se a perdido la visión o el objetivo de administrar el tiempo es necesario valorar y controlar la situación.

Para Stoner (1994) las finalidades del control son las siguientes:

- Establecer las normas del desempeño.
- Medir el desempeño comparandolo con las metas establecidas.
- Tomar las medidas necesarias para corregir cualquier conducta que no esté cumpliendo con las normas fijadas.

EJERCICIO DOS: ¿CÓMO DISTRIBUYO MI TIEMPO? 5 min

Participante:

Realizará el ejercicio ¿Cómo distribuyo mi tiempo?

SEGMENTO TRES:**20 min****"IMPORTANCIA QUE TIENE ADMINISTRAR EL TIEMPO FAMILIAR"**

En la vida familiar poner en primer lugar lo esencial es distinguir lo prioritario lo urgente, y garantizar el tiempo en base a lo que es realmente importante y no dejarse llevar simplemente por las presiones del momento. La administración correcta del tiempo familiar debe organizar la vida en base a cuatro categorías las cuáles son lo importante, lo no importante, lo urgente y lo no urgente (Covey: 1994).

La familia necesita ver lo necesario que es planificar sus actividades ya que en base a ello simplifica sus tareas, elimina dificultades dentro de la organización familiar, y se logra una participación coordinada entre los integrantes de la familia, teniendo un plan por seguir permite obtener una mejor capacidad analítica, intelectual e imaginativa sobre el futuro, ya que estarán cubiertas las necesidades básicas de la familia (Katz:1974).

Según James (1989) existen dos maneras de control del tiempo familiar para lograr un mejor rendimiento: la autoadministración del tiempo y la administración del tiempo de todos los integrantes de la familia. Este doble control favorece mejorar los resultados de los hijos en lo académico, en el trabajo, en el área espiritual y la familia goza el privilegio de disfrutar momentos de relajamiento o convivencia social.

Cuando los padres de familia organizan el tiempo del hogar, están formando en los hijos un carácter que valore lo importante que es desempeñarse en el cumplimiento de tareas sencillas y actividades prioritarias.

La familia bien administrada difícilmente perderá el control del tiempo; podrá lograr los objetivos en la vida y comprenderá que es necesario mejorar espiritualmente, en el trabajo, convivir con la familia, pero si por negligencia se ha desperdiciado el tiempo, necesitará un doble esfuerzo y tiempo para volver

recuperarlo y ganar el terreno perdido, el cual difícilmente se recuperará (James:1979).

DINAMICA 3

15 min

"BENEFICIANDO TOTALMENTE A MI FAMILIA"

Objetivos:

- Identificarán los beneficios que trae a los padres de familia administrar su tiempo.
- Identificar los beneficios que traerá a los hijos al organizarles sus actividades diarias.
- Dialogarán en parejas los siguientes puntos:
- ¿Qué consecuencias negativas trae a los padres no llevar una buena organización de sus actividades?
- ¿Cuáles son las consecuencia negativas que trae a los hijos en el área académica, en lo espiritual, lo social y físico el no tener un buen control del tiempo?
- Anotar en el manual del participante las conclusiones.

EJERCICIO 4

10 min

¿CUALES SON MIS PRIORIDADES DIARIAS?

Participante:

Realizará el ejercicio llamado "INVERSION DE MI TIEMPO"

SEGMENTO CUATRO:

15 min

¿COMO SUPLIR LAS NECESIDADES ESPIRITUALES, MENTALES, FISICAS Y SOCIALES?

Según Mc Cay (1979) existen diferentes formas para suplir las necesidades básicas tanto personales como familiares.

NECESIDADES ESPIRITUALES: Dentro de las necesidades espirituales está el deseo de buscar a Dios y reforzar la conducta de la persona en base a su palabra, otra necesidad espiritual es la superación personal, esto se puede suplir dedicando un tiempo para estar en contacto con Dios, ayudar a las personas necesitadas,

conviviendo espiritualmente con la familia, tomando en cuenta que no debe ser necesariamente en el horario que se ha estipulado, sino en los momentos cuando se esté disfrutando de los alimentos, al ir de viaje pero sin descuidar el culto familiar por la mañana y tarde, existen un sin fin de actividades por medio de las cuales se puede suplir positivamente las necesidades espirituales de la familia.

NECESIDAD MENTAL: El ser humano tiene necesidad de superarse en el área académica, en el plan de superación continua por medio de estudios formales de pregrado y posgrado o mediante la participación en seminarios, talleres, simposios que se están multiplicando cada vez más en la vida actual.

NECESIDAD FISICA: Lograr tener una salud excelente es un principio y deseo de cada ser humano, si en el hogar existe una buena administración del tiempo cada integrante podrá dar lugar a cuidar su organismo ya sea por medio de ejercicios, un descanso adecuado y una alimentación sana a sus horas debida. Dentro del calendario de actividades es necesario dedicar un tiempo a satisfacer las necesidades físicas de tal forma que la familia se sienta con buen estado de ánimo para vivir el día y afrontar los desafíos por venir.

NECESIDADES SOCIALES: Dentro del programa de actividades es bueno considerar la posibilidad de dejar un espacio prudente y necesario para las reuniones con los amigos ya sea de toda la familia o reuniones infantiles con el fin de socializarse y descargar el estrés sufrido durante los días labores.

Dedicar tiempo al trabajo es normal y necesario; dedicar tiempo a la recreación es imprescindible para la salud familiar y personal.

DINAMICA 4: 15 min.

"NECESIDADES FAMILIARES, UN COMPROMISO DE AMOR"

Objetivos:

- Promover la participación del grupo sin separar a las parejas.
- Formar cuatro equipos para que dialoguen y lleguen a una conclusión sobre las diferentes necesidades que existen en su familia.

Escriba las metas que como padre quiere lograr en las necesidades física, mental, espiritual, social, emocional, en el transcurso de esta semana.

CRONOGRAMA DE LA UNIDAD TRES

"PLANEACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

Tiempo: Tres horas con veinticinco minutos.

ESTRATEGIAS	TIEMPO
Dinámica 1 <i>" Planificando lo importante"</i>	10 min
SEGMENTO 1 <i>¿Qué es un plan?</i>	15 min
Dinámica 2 <i>¿Qué planes tengo en mi vida familiar?</i>	10 min
EJERCICIO 1 <i>"Una mirada a mi agenda"</i>	10min
Dinamica 3 Aplicando actividades	10 min
SEGMENTO 2 <i>¿Qué significa planear el tiempo familiar?</i>	15 min
Ejercicio 2 <i>¿Tiene mi vida un plan a seguir?</i>	5 min
Segmento 3 <i>Objetivos importantes en mi familia.</i>	15 min
Dinámica 4 <i>Deberes como esposos y padres</i>	10 min
Dinámica 5 <i>Aplicando los objetivos a mi vida familiar.</i>	15 min
Segmento 4 <i>Objetivos principales en la planeación del tiempo familiar.</i>	15 min
Ejercicio 3 <i>Tiempo para ordenar mis objetivos.</i>	10 min
Segmento 5 <i>Métodos para la planeación</i>	15 min
Ejercicio 4 <i>¿Cuáles son mis roles en la vida?</i>	5 min
Dinámica 6 <i>¿Cuál es mi misión en base a los diferentes roles</i>	

	<i>que tengo en mi vida?</i>	10 min
Dinámica 7	<i>¿Cómo fijar las metas juntos?</i>	10 min
Ejercicio 5	<i>¿Cuáles son mis metas personales en base a la administración del tiempo familiar?</i>	10 min
Ejercicio 6	<i>Evaluación sobre el uso del tiempo</i>	5 min
Dinámica 8	<i>"Programación anual"</i>	10 min
		TOTAL 205 min

UNIDAD TRES

PLANEACIÓN DEL TIEMPO FAMILIAR

OBJETIVOS:

- Conocer cuáles son las ventajas de planear las actividades familiares.
- Analizar cuáles son las razones por las que no se planea la vida familiar.
- Identificar las necesidades que se están dejando sin satisfacer en la vida de la familia y la personal.

TIEMPO APROXIMADO.

Tres horas con veinticinco minutos.

MATERIAL PARA LOS PARTICIPANTES:

- lápices.
- Cuaderno del participante.

MATERIALES DIDACTIVOS

- Acetato con la definición de planeación.
- Acetato sobre los objetivos.
- Acetato con las cuatro necesidades básicas de la familia.
- Acetato con los diferentes métodos de planeación.
- Retroproyector.

UNIDAD TRES

"PLANEACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

ESTRATEGIAS:

A continuación se describen las actividades a realizar en esta sección.

DINAMICA 1: "Planificando lo importante" 10 min.

Objetivos:

Discutir con la pareja cuatro diferentes actividades que sean de vital importancia para planificar en la agenda semanal

SEGMENTO 1 15 min.

¿Qué es un plan?

Planear es preocuparse por tener un desarrollo en base a un método que ayude a obtener los resultados deseados (Ackoff:1992).

Según Covey (1994) existen diferentes tipos planificación: recordatorios, calendarios, agendas, cuaderno de notas, que permiten tener un control del tiempo debidamente distribuido en las fechas y horario requerido.

La planeación establece metas y objetivos. La ejecución de lo planeado prueba la eficacia del plan. La evaluación periódica corrige los errores para una nueva planeación. Las fases son: ejecución y evaluación es un requisito imprescindible en toda empresa para así poder alcanzar y evitar el desequilibrio familiar.

Para Hicks (1987) un plan es definir los objetivos, pronosticar las situaciones, analizar las expectativas de la empresa familiar, sin perder de vista el propósito de la actividades, por lo tanto planear es conjuntar en una sola idea las necesidades más relevantes a lograrse.

Para Stoner (1994) planear es el proceso básico por el cual se seleccionan metas y el medio por el que se van a lograr los fines propuestos, dentro de la planeación está considerar el esfuerzo de los miembros y el seguimiento por el cual se llevará a cabo una buena organización; sin embargo, planear no significa simplemente redactar en un papel las actividades que se requieren cumplir por la familia, sino también que sean puestas en práctica, y sean modificadas cada vez que los planes se tornen inútiles e incluso resulten perjudiciales para los objetivos propuestos; por lo tanto la planeación podrá someterse a la reeplaneación para asegurar un poco más el éxito final.

Segun James (1979) la planeación es semejante a un mapa ya que determina el camino a seguir para llegar a la meta, se asegura que ocurra lo que se desea que queremos que suceda , hace posible integrar las diferentes labores cordinándolas entre los miembros, ahorrando tiempo y utilizándo adecuadamente los recursos disponibles.

CUATRO PASOS DE LA PLANEACION

Según James (1989) existen cuatro pasos por los que debe pasar la planeación y son los siguientes:

1. Establecer una meta: La familia necesita establecer claramente sus metas determinadas por prioridades.
2. Definir la situación actual: Analizar cual es la situación por la que se está pasando y ver los cambios que se quieren obtener tomando en cuenta el tiempo del que se puede disponer para el cambio.
3. Identificar las ayudas y barreras de las metas: ¿Qué factores internos o externos pueden ayudar a lograr las metas propuestas? analizar los factores que pueden ocasionar en el transcurso de la planeación, esta etapa se refiere más que nada a pronosticar los factores positivos o negativos que puedan surgir en el proceso de los planes.

4. Desarrollar un plan o un conjunto de acciones para alcanzar las metas. En esta fase se toma la decisión de recursos que se van a utilizar para lograr la metas y también se evalúa si el plan de acción es satisfactorio o si se necesita trazar un nuevo plan.

DINAMICA 2:

10 min.

¿QUE PLANES TENGO EN MI VIDA FAMILIAR?

Objetivos:

- Analizar los planes que se tiene en la vida familiar.
- Valorar si son positivos o negativos.

Instructor:

- Comentar en pareja cómo es el tipo de planes que se tienen en la familia..
- Escoger una actividad y valorarla si es necesaria o urgente para la familia.
- Anotarla en el manual del participante con el fin de dedicarle mayor tiempo a analizarla en sus respectivos hogares.

EJERCICIO 1: "UNA MIRADA A MI AGENDA" 10 min.

Instructor

Dará las instrucciones para esta sección, pedirá a los participantes que contesten el cuestionario "una mirada a mi agenda" que se encuentra en la unidad dos.

Existen diferentes tipos de planes en la vida administrativa de la familia. Según Mc Cay (1979) son los siguientes:

TIPOS DE PLANES:

1. Planes de un solo paso: En este tipo de plan, las acciones se dan una sola vez en la vida, las cuales no se vuelven a repetir, por ejemplo, comprar una casa.

2. Planes permanentes: Son aquellos vigentes que se utilizan una y otra vez sin cambiar la programación ni los objetivos, siguiendo un mismo tipo de reglas, políticas y procedimientos para lograr alcanzar la meta.
3. Planes estratégicos: Dentro de este contexto se define qué tipo de conducta están teniendo frente a los desafíos, el tipo de organización y cuáles son los objetivos que se propone a lograr.
4. Planes tácticos: Busca la forma de usar sus recursos dentro de los objetivos de una mejor forma posible, este tipo de planes se centra en lo que la organización debe hacer y cómo se van a alcanzar los objetivos.

LOS PLANES PUEDEN SER:

1. A LARGO PLAZO: Este tipo de plan cubre un tiempo largo para lograr las metas, algunos los trazan a uno o cinco años, dependiendo de la decisión de cada familiar.
2. DE ALCANCE INTERMEDIO: Este tipo de planes están catalogados para un mes o un año,
3. DE CORTO PLAZO: Este tipo de planes se cubre en un día o mes, toda aquella actividad que deba realizarse dentro de un espacio corto, este plan se dice que es el que alcanza objetivos a un nivel de periodos no muy largos.

DINAMICA 3: "APLICANDO ACTIVIDADES " 10 min

Objetivos:

- En pareja analizarán los diferentes planes que tiene en la vida familiar.
- Permitir valorar los planes que se están teniendo actualmente.
- Analizarán si los planes son beneficiosos o perjudiciales para el desarrollo familiar.

INSTRUCTOR

- Pedirá a las parejas que dialoguen sobre las actividades que tienen en su familia.

- Escoger tres actividades que se llevan a cabo en su hogar y analizar si los beneficios son a corto, mediano o largo plazo.

7SEGMENTO DOS:

15 min.

¿QUE SIGNIFICA PLANEAR EL TIEMPO FAMILIAR?

Según Ted (1989) planear el tiempo familiar significa aprender a utilizarlo de una manera eficaz, evitando decisiones inproductivas, experimentando nuevas ideas con el fin de hacer creativo el proceso del alcance de objetivos, es buscar métodos fáciles e interesantes a fin de que la familia avance rumbo al éxito.

Para James (1989) planear el tiempo familiar es decidir la forma como se va a utilizar ya sea en forma positiva, realista y flexible o planear que la vida por sí sola haga las cosas, sin temor a que se comenten errores; en suma es decidir hacer algo por mejorar el estilo de vida esforzándose día tras día o estar decididos recibir lo que traiga la vida.

Edgar (1982) dice que el ser humano por sí solo no puede suplir sus propias necesidades, es por ello que recurre a sus semejantes para lograr satisfacerse en todos los sentidos, pero para que esto suceda necesita planear su tiempo, organizar sus actividades a fin de que toda la familia pueda estar satisfecha y dispuesta a suplir las necesidades de ambos, pero para esto se deben trazar metas y objetivos familiares tomando en cuenta los diferentes recursos con los que se cuenta para alcanzarlos.

Aunque existen personas que no creen en el beneficio de planear la vida conyugal y familiar otros sí creen que esta es una manera por la cual se obtienen buenos resultados, dependiendo mucho del tipo de temperamento que se tenga, ya que para algunos es más emocionante dejar que las cosas se vayan dando por sí solas sin tener que preocuparse por horarios o compromisos previamente establecidos; sin embargo, existe otro grupo que cree que planear es tomar en cuenta la esperanza, deseos, las expectativas de la familia; por lo tanto, planifican la vida y actividades del hogar.

Los administradores inactivistas según Ackoff (1992) trazan planes en base a lo ya establecido, están satisfechos con las cosas tal y como surgen, por lo tanto, los planes trazados son temporales, creen que no es necesario llevar un control de las actividades y que tampoco es necesario que se forcen para que ocurran. Al ver su deficiencia en la organización se dan cuenta que están en crisis y aún en ella hacen lo menos posible por corregir la situación, tratando de eliminar el problema pero no la causa.

Para White (1974) los padres deben ver la importancia y la gran responsabilidad que tienen sobre ellos dedicar tiempo a la educación de sus hijos; muchos de ellos dedican más tiempo a otras labores y negocios sin medir las graves consecuencias que ocasionarán en sus vidas el descuidar el tiempo familiar, si dedican demasiado tiempo a los placeres y desempeño laboral creyendo que con darle el alimento y vestido a los hijos es suficiente, se equivocan, tarde o temprano se preocuparán por las consecuencias de haber dedicado poco tiempo para educar y enseñar a los hijos en el desempeño de la vida presente y la futura.

Para Stephen (1994) una familia que planea su vida es aquella que está consciente de las necesidades que debe suplir ya sea en su persona o familia; por lo tanto busca los medios para alcanzar los objetivos logrando así una satisfacción total. Planear significa ser consciente de la esencia de la vida aprendiendo a desarrollarse y suplir las necesidades en base a una buena organización del tiempo y actividades, una familia bien planeada es aquella que no se deja absorber por las actividades urgentes dejando sin suplir las prioritarias.

EJERCICIO 2: ¿TIENE MI VIDA UN PLAN A SEGUIR? 5 min.

Instructor:

- Pedirle a los participantes que analicen el uso que le están dando al tiempo.
- Que desarrollen el cuestionario ¿Tiene mi vida un plan a seguir?

SEGMENTO TRES:**15 min.****"PLANES POR MEDIO DE OBJETIVOS".****CONCEPTO DE OBJETIVO**

Para Otero (1988) los objetivos son un principio por medio del cual se logra satisfacción, felicidad por el logro de las metas deseadas, los objetivos son saber lo que se quiere lograr, fortaleciendo la autosuficiencia y estableciendo las metas familiares en base a las necesidades actuales.

James (1989) describe los objetivos como el crecimiento, mantenimiento y logro de los planes, gracias a ellos se puede actuar sin tener a futuro un arrepentimiento por lo hecho sino puede ser todo lo contrario, actuar en base a objetivos bien establecidos garantiza satisfacción, logros y de superación.

Según Ackoff (1992) los objetivos significan motivación y organización. Las empresas necesitan objetivos ya definidos que en ello va la creatividad y el control sobre del tiempo.

Para Kicks(1989) los objetivos son metas que animan y dirigen el control de las actividades, llevando la conducta de una manera racional de una forma organizada, son estructurados, son cadenas que llevan a fines, son medios por los cuales se alcanzan las metas propuestas.

BENEFICIOS DE PLANEAR EN BASE A OBJETIVOS.

Stoner (1994) cree que son muchos los beneficios que trae planear por medio de objetivos bien propuestos y analizados, algunos de ellos son los siguientes:

1. Permite a las familias saber qué se espera de ellas.
2. Apoya a la planeación al saber que existen metas y plazos.
3. Mejora la comunicación entre los padres e hijos, y los mismos cónyuges.
4. Facilita conocer mejor las metas de la administración del tiempo familiar.
5. Hace más fácil el proceso de evaluación en base a los logros específicos, permitiendo a la familia conocer la eficacia con que están actuando en base a las metas establecidas.

¿COMO DETERMINAR LOS OBJETIVOS?

Para George (1976) existen métodos para determinar los objetivos por medio del cual las familias especifican lo que esperan conseguir.

1. **Objetivos que tienen que hacerse:** son aquellos que responden a exigencias personales o especiales como por ejemplo: necesidades personales, o de la familia.
2. **Objetivos que deben hacerse:** Son aquellos necesario para mejorar el funcionamiento del hogar; se consideran vitales para el desarrollo de la familia pero cuando no llegan a cumplirse no causan mayor daño a la organización.
3. **Los objetivos agradables de hacer:** son aquellos que se hacen con gusto pero que pueden eliminarse, posponerse o programarse para otra ocasión en caso de ser necesario.

¿COMO DEBEN SER LOS OBJETIVOS?

Según Stoner (1994) los objetivos deben tener las siguientes características.

1. Especifica el resultado clave que se quiere obtener dentro de la administración del tiempo familiar..
2. Especifica la fecha límite de su cumplimiento.
3. Es medible.
4. Especifica "qué" se quiere lograr y "cuándo" se va a alcanzar.
5. Es comprensible para todos los miembros de la familia.
6. Los objetivos son realistas y alcanzables.
7. Se relacionan directamente con la administración del tiempo familiar.
8. Proporcionan utilidad para el fin de controlar el tiempo.
9. Los objetivos son acordados voluntariamente por la familia.
10. Se registran por escrito para así poder revisarla periódicamente.

EVALUACION DE LOS OBJETIVOS DE LA PLANEACION DEL TIEMPO

FAMILIAR.

Para Morrisher (1976) la evaluación de los objetivos es la siguiente:

- ¿Son objetivos realista y medibles para la familiar?
- ¿Son entendidos por los hijos y los cónyuges?
- ¿Se puede establecer la responsabilidad de cada uno de los miembros de la familia en base a los resultados finales?
- ¿Es apropiado el objetivo?

DINAMICA 4

10 min.

“DEBERES COMO ESPOSOS Y PADRES”

Objetivos:

- Que las parejas dialoguen y valoren cuáles son los objetivos como esposos y cuáles son para sus hijos.
- Hacer una lista de objetivos respecto al papel de cada integrante de la familia.

GUIA PARA LA PROGRAMACIÓN DE UN OBJETIVO RESPECTO A LA ADMINISTRACION DEL TIEMPO.

Toda nueva organización necesita tener una guía que le sirva como base para iniciar la programación, Rodriguez (1989) propone la siguiente guía:

1. Estudie la situación de la familia y seleccione el método correspondiente..
2. Busque el apoyo de su cónyuge.
3. Desarrollen un plan familiar.
4. Prueben previamente el plan y vuelvanlo a revisar.
5. Lleve a cabo el plan de administración del tiempo familiar.
6. Tenga un seguimiento del plan, sean consistentes.
7. Oriente objetivos a nivel del cónyuge y a nivel de los hijos.
8. Equilibrar las actividades de cada persona integrante del núcleo familiar.

9. Definir qué actividades van a ser llevadas a nivel familiar.
10. Determinar las fechas en las cuales se dará una revisión del logro de objetivos personales y familiares.

DINAMICA 5:**15 min.****"APLICANDO LOS OBJETIVOS A MI VIDA FAMILIAR"**

Objetivos:

- Reunirse en grupos de tres parejas y discutir cómo pueden aplicarse los objetivos a la vida familiar.
- Anotar tres objetivos correspondientes a las áreas espiritual, física, mental y social.
- Elegir a una persona de cada equipo para que comparta con el grupo las ideas que tuvieron respecto a cada área.

INSTRUCTOR:

Pedir que dialoguen por parejas la importancia que tiene para cada uno de ellos poner en práctica los objetivos en su vida y la forma como van a beneficiar a los hijos.

SEGMENTO CUATRO:**15 min.****"OBJETIVOS PRINCIPALES EN LA PLANEACION DEL TIEMPO FAMILIAR"**

Según Covey (1994) existen cuatro necesidades primordiales en la vida de cada individuo, las cuales se resumen en vivir, amar, aprender y tener valores.

Vivir es una necesidad fisiológica, así como el alimento, el vestido, vivienda, pero no solo esto satisface al hombre, sino también la necesidad de amar que se clasifica en la necesidad social y se satisface en la vida de relación.

Cada día aprender algo nuevo, iniciar algo diferente, es parte de la necesidad mental, que encierra el deseo de superación, el desarrollo íntegro del ser humano, la

expresión de los deseos y sentimientos. Otra necesidad es la de tener valores y ponerlos en práctica. Los valores se relacionan con la necesidad espiritual que se satisface mediante la creencia y relación en Dios.

Estas son las cuatro necesidades básicas en el ser humano, por lo tanto, deben ser suplidas diariamente tanto dentro como fuera del hogar.

Los padres al planear el tiempo familiar deben ver la posibilidad de administrar el tiempo en base a las necesidades diarias de la familia.

OBJETIVOS FISICOS: Cuidar del área física involucra el aprendizaje de la correcta respiración, alimentación adecuada, del vestirse bien, mantener el cuerpo en buen estado es una necesidad en cada ser humano, ya que en base a ello se pueden realizar las tareas que se necesitan hacer y también llevar una vida de servicio para beneficiar a otras personas.

White (1975) dice que del estilo de vida y de la salud dependen la utilidad del ser humano para esta vida y la eternidad.

La resistencia física o el vigor han ido decayendo en la humanidad con el paso del tiempo.

Esto se debe a las prácticas alimenticias insalubres, las modas dañinas y dedicar menos tiempo del necesario para el descanso. Si los padres de familia quieren mejorar la salud de sus hijos, deben dedicar tiempo a cambiar los hábitos de vida en su familia a fin de agradar a Dios física y espiritualmente. La degeneración física, mental y moral se ve muy influenciada por la salud.

OBJETIVOS SOCIALES:

La familia necesita dedicar tiempo a la relación con otras personas, planear actividades recreativas en las que la pareja pueda convivir con otras y los hijos mantengan amistad con otros niños, el resultado será el relajamiento de toda tensión acumulada *durante la semana por los diferentes conflictos que trae la vida. La familia cristiana* debiera ser la más alegres y feliz por que goza de una buena relación con Dios, con su familia y amigos, desafortunadamente mucha de ellas viven en el aburrimiento y la desesperación por no tener un poco de tiempo para divertirse y reunirse con otras

personas. Es deber de toda familia recrearse con las diferentes actividades que esten al alcance (Correa: 1991).

La recreación trae fuerza y aliciente al espíritu después del arduo trabajo, y da como resultado la salud del cuerpo y bienestar mental, espiritual y físico. La importancia de suplir esta necesidad es tan grande como la del alimento.

Dedicar tiempo a la recreación permite a las familias olvidar sus propios afanes y preocupaciones diarias y regresar con vigor y entusiasmo al hogar y al trabajo, la recreación sana satisface las necesidades sociales de la familia y da como resultado una satisfacción física, mental y espiritual (White:1982).

EJERCICIO 3: **10 min.**

"TIEMPO PARA ORDENAR MIS OBJETIVOS"

Instructor:

Pedir que cada participante conteste el ejercicio que se encuentra en el segmento cuatro que se llama "Tiempo para ordenar mis objetivos".

SEGMENTO CINCO: **15 min.**

"METODOS PARA LA PLANEACION"

Para Kenneth (1982) los métodos de planeación están diseñados para un proceso de organización ya sea por medio de un planificador, una computadora, una agenda, un papel, libreta. Es un sistema en el cual se concentran en prioridad actividades de la familia.

Página semanal: Es provechoso que la familia se guíe por un plan semanal ya que permite planificar las actividades, con atención a los diferentes aspectos de la vida.

Al incluir las actividades en la semana es recomendable hacer una lista con todas las actividades más importantes de la vida familiar y que considera es imprescindible para el bien de la familia.

Existen diferentes etapas en la planeación, según Scott (1993) las familias que desean programar adecuadamente sus actividades debieran tomarla en cuenta.

ETAPA UNO:

Es necesario programar lo más importante en la vida, lo que se crea que le da más sentido, proponiendo metas y deseos para la misma.

Para definir con mayor claridad sus actividades semanales anota cuatro cosas que considera prioritarias en la vida. Considere metas a largo plazo y corto, piense también en cuáles son las relaciones que son significativas en la vida familiar y programelas en la semana. Incluya cosas que a usted le gustaría realizar como por ejemplo a quién va a ayudar y en qué forma, busque también momentos para ser feliz, para contribuir a una buena obra, busque la paz y el significado en la vida de tal forma como que fueran las últimas semanas que le quedaran por vivir.

ETAPA DOS: IDENTIFIQUE SUS ROLES

No existe un método establecido por medio del cual usted va a describir las funciones que se desempeñan tanto dentro como fuera del hogar, por ejemplo: en el trabajo, en la casa, en una reunión familiar.

Un ejemplo es que puede desempeñar excelentemente su papel como ejecutivo pero no desempeña sus funciones como padre. Es probable que usted satisfaga las necesidades de muchas personas pero no las de su esposa, por eso es necesario que defina sus funciones y busque un desarrollo integro personal.

Al identificar sus roles se puede apreciar la vida en la familia, en el trabajo y por lo consiguiente establecer la diferencia entre lo importante y lo urgente.

ETAPA TRES: SELECCIONE METAS.

Defina los diferentes roles en los que se tiene que desempeñar durante la semana y escriba sus metas en cada rol a fin de lograr un control excelente de sus actividades.

ETAPA CUATRO : TOME DECISIONES PARA LA SEMANA.

Las decisiones las tomará en base a sus actividades prioritarias para cada etapa, algunas metas no llevan especificado el horario ni día, sino están en lista como una prioridad, por ejemplo si su meta es mejorar las relaciones con su esposa, sólo anótela en el área de prioridad y espere a que surja el mejor momento para realizarla, si el día domingo no la pudo cumplir, cambíela para el día lunes, pero no deje pasar la semana sin haber logrado su objetivo.

ETAPA CINCO:

Las etapas anteriores tienen como finalidad mejorar el carácter, aptitudes, la forma de juzgar las cosas y mejorar la capacidad de planear las actividades.

Existen tres tareas más que deben tomarse en cuenta a fin de iniciar bien el día y ver que los planes semanales no fallen.

1. **Prever el día:** Esto abarca solamente la planificación diaria con el fin de administrar correctamente el tiempo, es necesario que revise su agenda al comienzo del día para observar que actividades tiene para ese día, y así estar preparado para avanzar y lograr los objetivos propuestos junto con su familia.
2. **Priorizar:** Identificar las actividades prioritarias que tiene para ese día a fin de que otras actividades que no necesitan ser realizadas no estropeen el plan de administración del tiempo familiar.
3. **Utilice algún formulario para el día:** En esta hoja se separan actividades que no pueden ser cambiadas de día ni de horario pero también existen otras que pueden ser movidas de día o de horario.

ETAPA SEIS: EVALUACION

En esta etapa se evalúa el resultado tenido en la semana ya que esta sirve de guía para la proxima.

Antes de revisar el semanario háganse las siguientes preguntas como familia.

- ¿Qué metas logré?
- ¿Qué desafíos hubo en esta semana?
- ¿Qué decisiones se tomaron?

- ¿Se tuvo la mentalidad de lo prioritario antes que lo urgente?

Llevar el control del tiempo puede resultar difícil en algunos momentos, sobre todo para los padres ya que tienen que controlar su propio tiempo, cuidar su imagen ante sus hijos, y apoyar a los hijos para que aprendan a ser buenos administradores de su tiempo.

EJERCICIO 4: ¿CUALES SON MIS ROLES EN LA VIDA? 5 min.

Instructor:

Indicar a los participantes que contesten el ejercicio ¿Cuáles son mis roles?

DINAMICA 6: ¿CUAL ES MI MISION EN BASE A LOS ROLES? 10 min.

Objetivos:

- Analizar cual es su función dentro y fuera del hogar como padre y madre, como empleado y cómo amigos.
- Como cristianos ¿cual es la misión en la vida en base al rol cristiano?
- ¿Cual es la misión como esposo o esposa?

Instructor:

- Pedir que como parejas comenten cuáles son sus diferentes roles en la familia y fuera de ella.
- Pedir la opinión a la pareja sobre las conclusiones que anotó en su manual y ver si ella tiene alguna observación por hacer.

DINAMICA 7: ¿COMO FIJAR LAS METAS JUNTOS? 10 min.

Objetivos:

- El propósito de la retroalimentación es ayudar a las parejas a modificar su comportamiento de tal manera que mejoren su desempeño como seres humanos en la administración del tiempo familiar.
- Pedir a los participantes que analicen cada pregunta y vean la importancia que tiene para la familia el tener metas específica.

EJERCICIO 5: **10 min****¿CUALES SON SUS METAS PERSONALES EN BASE A LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO FAMILIAR.?**

Instructor:

- Que el participante anote las metas que quiere proponerse para lograr una buena administración del tiempo familiar.
- Intercambiar ideas con la pareja de tal forma que apoye y acepte las metas que se tienen en mente.

EJERCICIO 6: "EVALUACIÓN SOBRE EL USO DEL TIEMPO" 5 min.

Participante:

Realizará la evaluación sobre el uso del tiempo en la sección correspondiente.

CALENDARIO MENSUAL: El calendario mensual puede basarse en el calendario semanal , nada más que serían cuatro páginas en vez de una.

CALENDARIO ANUAL: En este tipo de calendarios, se registran las fechas de ingreso a la escuela, la temporada de vacaciones, cumpleaños, salidas familiares, aniversario de bodas, cumpleaños de parientes cercanos, etc.

DINAMICA 8: "PROGRAMACIÓN ANUAL" 10 min.

Objetivos:

- Que los padres de familia organicen las actividades correspondientes al año, por ejemplo, vacaciones de navidad, verano, cumpleaños.
- Programar las actividades mensuales en base a las necesidades de cada familia. Intercambiar ideas.

Instructor:

- Invitar a las parejas para que discutan las diferentes actividades que deben programarse anualmente y mensualmente.
- Invitar a cada pareja para que comparta con otros las actividades que ha programado.

CRONOGRAMA DE LA UNIDAD CUATRO

PROGRAMACION DEL TIEMPO FAMILIAR

Tiempo Tres horas con veinticinco minutos.

Estrategias		Tiempo en Minutos
Dinámica 1	<i>"Nuestro concepto de programación"</i>	5 min
Segmento 1	<i>Concepto de programación</i>	15 min
Ejercicio 1	<i>¿Programo mis prioridades?"</i>	10 min
Dinámica 2	<i>Administrando el tiempo</i>	10 min
Segmento 2	<i>Pasos a seguir para lograr una buena programación del tiempo familiar</i>	15 min
Ejercicio 2	<i>"Analizando mi agenda personal"</i>	10 min
Dinámica 3	<i>"Conflicto entre lo urgente y lo indispensable"</i>	10 min
Segmento 3	<i>¿Cómo programar el tiempo en forma realista?</i>	15 min
Dinámica 4	<i>Programando el tiempo en las áreas principales</i>	15 min
Segmento 4	<i>"Las necesidades familiares y la programación del tiempo familiar"</i>	25 min
Ejercicio 3	<i>¿Suplo mis necesidades diarias?</i>	5 min
Dinámica 5	<i>¿Está mi familia realizada en todos los aspectos?</i>	5 min
		Total 165 min

UNIDAD CUATRO

"PROGRAMACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

Tiempo: dos horas con treinta minutos

OBJETIVOS:

- Que los participantes logren comprender la diferencia entre planeación y programación.
- Identificar los pasos que se deben seguir para lograr tener una buena programación del tiempo en función a las necesidades de la familia.
- Comprender la necesidad que existe de programar las necesidades de la familia a fin de que sean satisfechas.

TIEMPO:

Dos horas con cuarenta y cinco minutos.

MATERIAL DIDACTICO:

- Acetato con el concepto de programación.
- Acetato con los pasos para la programación del tiempo.
- Acetato con la programación de las necesidades básicas de la familia que necesitan ser programadas.

ESTRATEGIAS:

A continuación se presentan las actividades a realizar en la cuarta unidad.

UNIDAD CUATRO

"PROGRAMACIÓN DEL TIEMPO FAMILIAR"

DINAMICA 1: "NUESTRO CONCEPTO DE PROGRAMACIÓN" 5 MIN

Objetivos:

- Permitir que las parejas dialoguen entre sí acerca del concepto que tienen de programación.
- Motivar a las parejas para que analicen sus diferentes puntos de vista.
- Obtener diferentes conceptos de programación.
- Promover la participación del grupo.

Instructor:

- Al dar la bienvenida a las parejas y motivarlas para continuar con el seminario hará entrega de unas tarjetitas con diferente numeración, con el fin de sortear al final de la dinámica a las parejas que expondrán el concepto de programación del tiempo familiar.
- Pedir a las parejas que discutan el concepto base del tema.

SEGMENTO 1: 15 MIN.

"CONCEPTO DE PROGRAMACION"

EJERCICIO 1 "PROGRAMO MIS PRIORIDADES" 10 min.

Instructor:

El participante contestará el ejercicio asignado.

DINAMICA 2 "Administrando el tiempo" 10 min.

Objetivos:

- Permitirá que las parejas analicen las diferentes formas por medio de las cuales pueden ahorrar tiempo.

- Promover la comunicación entre la pareja.

SEGMENTO DOS: 15 min.

"PASOS QUE SE DEBEN SEGUIR PARA LOGRAR UNA BUENA PROGRAMACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

Para George (1976) existen seis pasos para lograr una buena programación del tiempo familiar y son los siguientes:

1. Es necesario reunirse como familia o pareja para estudiar la situación y seleccionar el método por medio del cual se va a mejorar la administración del tiempo.
2. Los padres necesitan conseguir la aprobación y apoyo de parte de la familia para poder hacer funcionar el programa.
3. Desarrollar un plan por medio de objetivos y necesidades, analizando lo que se quiere lograr, y en base al tiempo disponible.
4. Para evitar mayores errores revisar el plan y ponerlo a prueba unos días. Esto permitirá hacerle correcciones a su debido tiempo para evitar el fracaso del programa.
5. Ejecutar el plan.
6. Llevar a cabo un seguimiento del proceso de planeación.

EJERCICIO 2 "Analizando mi agenda personal" 10 min

Instructor:

Pedirá a los participantes que escriban dos actividades que realizan en cada una de las secciones mencionadas.

DINAMICA 3 "Conflicto entre lo urgente y lo necesario" 10 min.

Objetivos:

- Escribir las actividades urgentes dentro del programa familiar.
- Estimular a los participantes a distinguir la diferencia entre las actividades urgentes y las necesarias.
- Escribir tres actividades urgentes y tres necesarias.

- Discutir la diferencia entre urgente y necesario.

SEGMENTO 3:

15 min

"COMO PROGRAMAR EL TIEMPO EN UNA FORMA REALISTA"

Es necesario tomar en cuenta al programar el tiempo familiar, incluir actividades y horarios que vayan de acuerdo a las necesidades de la familia, sin exigir más de lo que se pueda lograr en determinado tiempo, sugerir un programa adecuado para ayudar a la familia a un fácil y mejor seguimiento de los objetivos, donde los padre ayuden a los hijos para que se adapten al programa.

El control de actividades familiares debe contemplar los siguientes aspectos:

1. Las actividades claves.
2. El cronograma de las actividades con indicación de día y hora.
3. Una semana de entrenamiento con la familia a fin de analizar el resultado del programa a corto plazo.
4. Asignación del día y la hora en que se va a empezar a poner en práctica el programa de administración del tiempo familiar.
5. Determinación de las actividades que se van a realizar en familia, dando a conocer los horarios y los días en los cuales se van a cumplir dichas reuniones.
6. Asignación a las actividades que se han de hacer en forma individual.
7. Un control de las actividades y revisión del desarrollo de las mismas y la modificaciones que sean necesarias.
8. Evaluación del programa cada fin de semana, y reiniciación del programa.
9. Reproducción del programa familiar y su colocación en lugares estratégicos.

Para Shein (1975) los pasos para una programación realista son los siguientes:

1. Una programación realista está en armonía con las necesidades básicas de la vida, no es guiada por lo urgente o por deseo que esté allí, es una actividad que se necesita hacer. Es necesario ser sensibles a lo que dicte la conciencia para así poder mantener un equilibrio al establecer la programación de las actividades semanales.

2. Elegir actividades importantes, programar actividades urgentes y la mezcla de ambas, urgentes e importantes.
3. Al fijar las actividades no se debe poner en peligro la integridad personal ni familiar, ya que administrar el tiempo no da lugar a ordenar un tipo de vida sino a sensibilizar a la familia de tal forma que deseen lograr un control del tiempo familiar. El cronograma familiar debe incluir la fecha de iniciación y terminación al final de cada actividad. En el calendario marcar las actividades especiales y las actividades familiares, tomando en cuenta que la programación debe ser flexible y que esté al alcance de todos los miembros de familia.

DINAMICA 4:

15 min.

"Programando el tiempo familiar en las áreas principales"

Objetivos:

- Que las parejas dialoguen las actividades que creen deben incluir en la agenda semanal de la familia.
- Analizar el área física, mental, emocional y social para aplicar las actividades correspondientes.

"FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PROGRAMACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

George (1976) dice que al enfocar las actividades familiares en relación con los objetivos y las diferentes etapas del programa se deben tomar en cuenta los factores que pueden afectar dichas actividades, algunos de ellos son los siguientes:

1. Disposición de la familia a integrarse a la programación del tiempo familiar. Algunos impedimentos que se pueden observar son: enfermedades, viajes imprevistos, llegada inesperada de familiares.
2. Las horas y la persona estimada para determinada actividad puede ser que sienta que el tiempo no le favorece.

3. El trabajo asignado a un miembro de la familia puede ser que no sea el mayor objetivo en la vida de la persona.
4. Muchas veces el tiempo disponible puede no concordar con el tiempo conveniente.
5. Área habitacional muchas veces este es un factor importante sobre todo cuando los padres tiene que transportarse a su casa después de trabajar, existen imprevistos en el tráfico o se le hace tarde para salir del trabajo.
6. Los aspectos circundantes como las fiestas, vacaciones, reuniones, visitas, deben estar registradas en el programa de la familia a fin de no influir negativamente en el control del tiempo.
7. Adoptar ideas del programa de otra familia, haciendo un reajuste del programa ya existente.

Los padres de familia deben estar preparados para las situaciones que se presenten en cuanto a la programación del tiempo, examinando cada actividad, cada calendario a fin de prevenir riesgos y asegurar el buen funcionamiento del programa.

La programación abarca la distribución de las actividades en el calendario semanal, mensual o anual en base a los objetivos y las etapas del programa así como la forma de presentar el proyecto a la familia, la programación puede ser reforzada por mucho estudio o puede ser guiada por la lógica y decisión de suplir las necesidades familiares, sin dejar pasar por alto los contratiempos que se puedan tener en el transcurso del programa.

SEGMENTO CUATRO: 25 min.

"LAS NECESIDADES FAMILIARES Y LA PROGRAMACION DEL TIEMPO"

Para James (1987) el tiempo que se le dedica a cada actividad, a suplir cada necesidad depende del valor que se le dé al esfuerzo y empeño que se dedique , mientras más cuidado pongan las familias en relacionarse adecuadamente en

administrar su tiempo familiar y más valor le den a sus necesidades, mayor será el logro del proyecto familiar.

Las necesidades personales requieren la participación de los miembros de la familia, de los amigos o del trabajo, de ahí parte la necesidad de valorizar las necesidades independientes y de la participación voluntaria y creativa, y dedicar el tiempo al proyecto familiar.

Es necesario reconfirmar el concepto de que la administración del tiempo debe tener como base suplir las necesidades físicas, mentales, emocionales espirituales y sociales de cada integrante de la familia.

Para Covey (1994) reconfirmar que la dimensión física es muy importante ya que de acuerdo a su calidad se pondrán las energías para afrontar los problemas de la vida, se superarán la fatiga y se vencerán los vicios del alcohol y las drogas, ya que estos, junto con una mala alimentación disminuyen la motivación que se tenga hacia la vida y el deseo de superación. La persona que cuida de su organismo que no ingiere sustancias nocivas, que tiene un buen descanso y dedica tiempo al ejercicio tiene mayor posibilidad de tomar decisiones correctas e interactuar positivamente con los demás.

Reafirma que el cuerpo necesita de la alimentación adecuada, preparada con respeto a los principios de vida sana que en gran parte, de la buena alimentación depende el buen funcionamiento de todo el organismo. Una mala alimentación favorece la indiferencia hacia los valores de la vida cristiana.

Una buena alimentación requiere de un plan que respete el plan trazado por Dios. Es bueno tomar en cuenta que no todas las comidas suplen las necesidades físicas sino suelen ser simplemente la satisfacción de un gusto por lo fuerte y de un apetito pervertido, cambiar el hábito alimenticio dañino para mejorar físicamente requiere de tiempo, para que el organismo se recupere de los daños causados por la mala alimentación, es mejor proceder con prudencia al planear el menú diario a fin de suplir adecuadamente las necesidades físicas de la familia.

White dice (1974) los padres inteligentes dedicarán más tiempo al cuidado de la salud de sus hijos que a sus compromisos sociales, disfrutar del sol, del aire, del agua y del ejercicio físico traerá como resultado la familia salud, el vigor mental y la fortaleza física.

Un ejemplo vivo del buen uso de las facultades físicas la tenemos en Jesús, él trabajaba en el banco del carpintero, se ejercitaba de tal modo que obtenía una salud óptima, amplitud de mente y dominio propio,

Es necesario enseñar a los hijos que cuidar su organismo requiere de responsabilidad, preocupación y de una preparación diaria, procurando que la alimentación supla correctamente las facultades físicas beneficiando por lo consiguiente la mental y espiritual.

Es por ello importante que la madre dedique tiempo a preparar platos sencillos pero apetitosos que sean saludables para el organismo y que por consiguiente, aseguren un buen rendimiento físico.

El estilo de vida actual está fomentando la costumbre de no hacer ejercicio físico, porque ahora casi todo se maneja por medio de controles electrónicos o computarizados, eliminando de esa forma, el esfuerzo físico.

En los años anteriores dice Haeley (1986) cuando las familias tenían que trabajar para suplir sus necesidades había menos posibilidad de enfermarse.

La sociedad de ahora ofrece muchas comodidades pero da paso también a muchos problemas cardiovasculares derivados del sedentarismo.

El cuerpo necesita movimiento, desde los pies a la cabeza; el cuerpo humano ha sido diseñado para tener actividad y así evitar las malas consecuencias de la vida sedentaria. Los beneficios que recibirá una familia al dedicar tiempo al ejercicio físico se efectúan no sólo sobre la salud física sino también sobre la mental. La salud es un desarrollo completo del bienestar físico, mental, espiritual y social; no significa solamente la ausencia de enfermedad.

DIMENSION MENTAL: Según Covey (1994) la renovación mental debe ser diaria y este depende de la toma de decisiones por medio de un discernimiento claro, con

ideas definidas, capaces de cumplir su función en cualquier situación y tiempo. El medio ambiente influye enormemente en la dimensión mental pero dentro del contexto social se encuentra la familia, que viene a ser la célula básica de la sociedad. Así que cuando el hogar suple con éxito la necesidad mental están puestas las bases para alcanzar una vida saludable y equilibrada.

Uno de los factores que provoca irritabilidad mental es el excesivo trabajo empresarial; la mayor parte de las personas que trabajan bajo fuertes presiones sienten que las labores del hogar no son tan importantes y exhaustivas como las del lugar donde laboran, pensando que las actividades familiares no tienen un objetivo intelectual elevado como las de fuera del hogar. Consciente o inconscientemente consideran la vida familiar aburrida y con la sensación que no tienen significado alguno ocuparse en las actividades con la familia. Es por ello que existe la necesidad de renovar cada día la mente a fin de que la vida sea un todo. Al considerar la vida como un todo la persona se preocupará más por desarrollarse plenamente mediante una buena salud física y mental. Esta última depende mucho de la actividad espiritual, la meditación, cuando se renova la actividad espiritual, se busca más el momento para meditar, el tiempo para la oración y el estudio de los libros correcta y cuidadosamente seleccionados, la renovación mental permite poner en orden las actividades familiares decidiendo sabiamente cuál es lo esencial.

Para White (1975) el desarrollo mental no solo requiere del conocimiento científico sino también del espiritual, la Biblia contiene todos los principios que se pueden discernir para que el ser humano se desarrolle plenamente en el área mental.

La mente que suele ocuparse mayormente en cosas triviales se empequeñece y pierde vigor con el tiempo para poder desarrollarse. Los padres de familia deben comprender claramente que sus hijos tendrán el tipo de mente en relación a como los alimentaron física e intelectualmente. La capacidad de discernir entre lo bueno y lo malo se puede obtener únicamente de Dios por medio de la comunicación constante con él.

DIMENSION SOCIAL: Para Collins (1988) la calidad de vida se trastorna por diferentes circunstancias sociales, por malos hábitos alimenticios, costumbres pervertidas pero un gran porcentaje se debe también a las amistades. Dios desea que el ser humano viva feliz que sienta gozo por vivir, esto se logra cuando la dimensión social está en armonía con lo espiritual y moral. Es por ello que los padres deben dedicar tiempo para valorar el tipo de relaciones que están teniendo y ver los beneficios que tendrán a corto y largo plazo.

Es necesario que las familias analicen si gozan de buena salud social, si están normalmente con buen ánimo, qué tanta confianza tiene en sí mismo, qué tanto se rinde frente a los problemas o con cuánta facilidad salen de ellos, si frecuentemente están tensos e irritados ¿qué le indica eso en su vida? pedir seguridad emocional a Dios debe ser una oración diaria de las familias ya que la vida está constantemente rompiendo la seguridad emocional de las familias lo que hace más difícil una relación social ya sea en la familia o con los amigos

Un factor que frena la sociabilidad es la preocupación constante por la situación económica de la familia por las enfermedades o por determinadas circunstancias, cuando se logra dominar el temor y la inseguridad, el carácter cambia, se ve la vida desde un punto positivo, es cuando revivirá la sociabilidad ya que todos estarán a gusto disfrutando del sentimiento de bienestar que se irradia.

La interacción según Stephen (1994) con los demás demuestra el carácter que se tiene y es el reflejo de la relación con uno mismo.

Cuando dentro de la familia se acusan mutuamente es difícil que logren vivir en armonía ni con sus semejantes ni con ellos mismos. Se vive en sociedad y se es parte de la sociedad; por lo tanto, las familias necesitan darse tiempo para evaluarse socialmente e internamente, comprendiendo que el desarrollo social comprenderá del desarrollo personal sano que se tenga.

DIMENSION ESPIRITUAL: La gente que vive feliz ha logrado una estabilidad deseable en la dimensión espiritual logra seguridad personal y la transmite a todos los semejantes.

De esta fase espiritual parte todo lo que pueda existir en la vida, ya que desempeña un rol importante en la vida de cada ser humano, las personas que tienen una creencia religiosa alcanzan un mayor significado en la vida.

Para Collins (1988) la vida espiritual es la que da sentido a las demás dimensiones de la vida; habiendo paz en la vida espiritual podrá existir seguridad y paz en el resto de la vida. Para que exista una salud emocional total es necesario lograr una buena salud física, social, intelectual pero antes que todo una excelente salud espiritual.

Cuando la vida, las ilusiones y las aspiraciones se encuentran puestas en Dios, las cosas negativas que vengan de la vida no serán tan grandes como para aplastar a la familia. Es necesario dedicar tiempo a la vida espiritual programando el rincón familiar, los cultos matutinos, vespertinos y la devoción persona de tal forma que las bases de la familia estén puestas en Dios (Sal.127:1,2,).

Muchos padres están tan absorbidos por los quehaceres de la vida, preocupados por las deudas y carencias que solamente responden ante tensiones y exigencias socioeconómicas por consiguiente, tienen poco tiempo para pensar en la vida familiar y la necesidad de la relación espiritual. La desintegración familiar proviene mayormente de hogares, en los que no se preocupan por poner los principios bíblicos y la comunión con Dios en primer lugar. Un hogar cristiano no es solamente reunir a la familia para realizar a cabo los cultos matutinos y vespertinos, sino tener un concepto más amplio de lo que es suplir la necesidad espiritual en la familia.

En este ámbito se considera un tiempo completo del tiempo familiar al Señor, permitiendo que el hogar dependa de Dios y que reine en el corazón de cada integrante, expresándose por medio de experiencias diarias lo que vendrían a ser los cultos familiares y eclesiales como motivadores a un estilo cristiano.

ASPECTOS DE LA VIDA ESPIRITUAL EN EL HOGAR:

Para Taylor (1990) hay que tomar en cuenta los siguientes aspectos:

1. Tener una conciencia abierta a Dios por medio de una experiencia diaria, reconociendo que para que el hogar sea sano física, mental y emocionalmente se

necesita la presencia de Dios en la vida. Los padres poco comunicativos en ningún ámbito no permiten disfrutar a su familia del gozo de ser padres, por dejarse aplastar por las responsabilidades y del trabajo. Creer en Dios, tener una conciencia abierta permite empezar a escalar en la pirámide espiritual tan vital en la vida familiar. La familia necesita programar actividades espirituales en su agenda semana, mensual y anual para que puedan desarrollarse plenamente en todos los aspectos de la vida.

2. Permitir que Cristo reine en los corazones de cada integrante de la familia. Para que el Señor reine en los corazones de la familia, se necesita dedicar tiempo a conocerle, aprender a amarle y obedecerle, poniendo la confianza en él.
3. Requiere que la fe Cristiana sea practicada y enseñada. Existen muchas virtudes que se quieren enseñar a los hijos y practicarlas en el hogar y fuera de él, existen siete virtudes que reflejan la fe cristiana y a las cuáles se debe dedicar tiempo necesario.
 - Desarrollar un amor integral amando a Cristo, a sí mismo y a su prójimo.
 - Mantener la esperanza en la vida y evitar pensar negativamente. Es más probable que le sucedan cosas positivas a las personas que las desean, que a las que son negativas.
 - Practicar el perdón en el hogar y fuera de él. Eso permitirá que Cristo viva en los corazones.
 - Autovalorizarse es importante y primordial en el desarrollo de los cónyuges, de los hijos y de la familia misma.
 - Tomar decisiones en base a la oración y buscando cuál es la voluntad de Dios.
 - Lograr mantener una buena comunicación con los miembros de la familia.
 - Debe esforzarse por mantener en alto los ideales de Dios, siguiendo sus mandatos y principio.

EJERCICIO 3 ¿Suplo mis necesidades diarias? 5 min.

Instructor:

Pedirá a los participantes que contesten las preguntas correspondientes a esta sección con la mayor sinceridad posible.

DINAMICA 5 ¿Mi familia está realizada en todos los aspectos? 5 min.

Objetivos:

- Permitirle a los padres que hagan un inventario de las actividades diarias que tienen y cuáles necesidades suplen.
- Conscientizar a los padres para que vean la diferentes necesidades que existen en su familia.

CRONOGRAMA DE LA UNIDAD CINCO

"ORGANIZACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

Duración: Tres horas

Estrategia	Tiempo en Minutos
Dinámica 1 " Beneficios de la organización del tiempo familiar"	5 min
Segmento 1 Estructura de la organización familiar.	15 min
Ejercicio 1 ¿Cuáles son mis responsabilidades en el hogar?	10 min.
Dinámica 2 ¿Cuáles son los diferentes roles en mi familia?	10 min.
Segmento 2 Delegar responsabilidades	10 min.
Segmento 3 Comunicación familiar	25 min.
Ejercicio 2 ¿ Me comunico eficazmente?	5 min.
Dinámica 3 ¿Qué barreras que impiden la comunicación familiar	10 min.
Dinámica 4 Comunicando el cambio a la familia.	10 min
Segmento 4 Motivación familiar	15 min.
Ejercicio 3 ¿Qué me motiva al cambio?	10 min.
Dinámica 5 ¿Está mi familia motivada al cambio?	5 min.
Segmento 5 Preparación para el cambio de administración del tiempo familiar	15 min.
Dinámica 6 "Planeando el cambio en mi familia"	15 min
Ejercicio 4 " Forma de influir positivamente en mi familiar"	5 min.
Dinámica 7 Control del cambio	10 min.
Dinámica 8 Recompensando a la familia	10 min
	Total 160 min

UNIDAD CINCO

ORGANIZACION DEL TIEMPO FAMILIAR

OBJETIVOS:

- Las parejas sabrán los pasos que se deben seguir para lograr una buena organización del tiempo familiar.
- Conocer sus diferentes responsabilidades dentro y fuera del hogar.
- Saber que todo es posible mediante una buena comunicación y motivación personal y familiar.

TIEMPO APROXIMADO

Dos horas con cuarenta minutos.

MATERIAL PARA LOS PARTICIPANTES

- Lápiz
- Pizarra, plumones o gises.
- Manual del participante

MATERIALES DIDACTICOS:

- Acetato con estructura de la organización familiar,
- Acetato con los pasos para delegar responsabilidades.
- Acetato con escala de motivación.
- Acetato con la comunicación y su importancia en la organización del tiempo familiar.

UNIDAD CINCO
"ORGANIZACION DEL TIEMPO FAMILIAR"

ESTRATEGIAS:

En las siguiente páginas se presentan las actividades que se realizarán en la unidad cinco.

DINAMICA 1: **5 min.**

"Beneficios de la organización del tiempo familiar"

Objetivos:

- Que el grupo interactue y se involucre en el tema.
- Analizar los beneficios que traerá la organización a su familia.

Instructor:

- Pedirá que anoten en el manual las cinco conclusiones a las que llegaron como grupo.

SEGMENTO UNO: **15 min.**

"ESTRUCTURA DE LA ORGANIZACIÓN FAMILIAR"

Concepto de organización: Fase donde se definen actividades específicas que son necesarias para lograr las metas deseadas, agrupando las actividades en función de las necesidades existentes, asignando responsabilidades y medios a las personas para que puedan desempeñar su responsabilidad, la organización implica lo que se espera de cada miembro de la familia.(Hicks:1981).

"ESTRUCTURA DE LA ORGANIZACIÓN"

La estructura de la organización es de gran ayuda para los padres ya que permite ver con claridad la responsabilidad de cada integrante de la familia. Las ventajas de practicar una estructura es que ayuda a decidir a quién le corresponde dicha actividad.

ventajas de practicar una estructura es que ayuda a decidir a quién le corresponde dicha actividad.

La estructura organizacional puede ayudar el logro de los objetivos con mayor facilidad ya que permite ver el recorrido que se tiene que hacer para llegar a un fin. La estructura también recibe el nombre de gráfica, por medio de ella se definen las funciones de los miembros de la familia. Es necesario que se dé a conocer la gráfica para que también se conozca el lugar y papel que desempeña una persona dentro de la organización familiar. La gráfica de organización ayuda a dirigir la administración del tiempo en base a las siguientes preguntas.

- ¿Cuál es mi posición dentro de la organización familiar.?
- ¿Cuáles son mis tareas o funciones organizacionales como miembro de la familia?
- ¿De quién dependo?
- ¿Quiénes dependen de mí?
- ¿Qué hace mi demás familia?
- ¿De quién dependen?

Según Edgar(1982) la organización del tiempo familiar surge a raíz de las necesidades humana, pero como no es posible que cada ser humano se auto satisfaga plenamente en todos los ámbitos, se hace necesario organizar los esfuerzos de varias personas dirigidas hacia un mismo objetivo. Surge entonces la necesidad de un organigrama que defina la aportación de cada integrante de la familia para que cada uno de ellos se integre al trabajo, sepa cual es la división de las actividades y se dirija en base a los objetivos comunes. Para el mismo autor existen tres dimensiones dentro de la estructura de la organización del tiempo familiar que son las siguientes:

1. Dimensión jerárquica
2. Dimensión funcional donde muestra y define las diferentes actividades que se van a realizar.
3. Dimensión de centralidad: se evalúa lo lejos o cerca que se encuentra cada persona de los objetivos de la organización.

EJERCICIO 1: ¿Cuáles son mis responsabilidades en mi hogar? 10 min.**Participante:**

Analizará cuáles son sus responsabilidades en las diferentes áreas, en la epiritual, eclesial y dentro del mismo hogar.

DINAMICA 2: ¿Cuáles son los diferentes roles en la familia? 10 min.**Objetivo:**

Promover el diálogo en las parejas.

INSTRUCTOR

Pedirá a los participantes del grupo que contesten el cuestionario "diferentes roles en mi familia" en base a lo comentado con su pareja.

SEGMENTO DOS: 10 min.**"DELEGAR RESPONSABILIDADES"**

Delegar implica confiar la responsabilidad a otros obligándolos a responder lo más efectivamente para que la confianza no se les sea quitada. Dentro de la familia es necesario que las responsabilidades se deleguen de igual forma, exigir resultados positivos asegura la eficacia de la organización del tiempo. Motivar a la persona que va a desenvolverse en una actividad para que se sienta capaz de lograr el éxito. Evitar sentir temor al delegar y cuidar a fin de poder transmitir el entusiasmo ante las dificultades en la delegación de actividades.(Engstrom: 1967).

Un buen método para el ahorro del tiempo es la delegación de actividades del mismo modo se logra asegurar el éxito de la programación del tiempo. Una buena delegación de actividades, brinda la oportunidad de los integrantes para desarrollarse en el aspecto de la responsabilidad, sentirse también parte del plan y darse la oportunidad de evaluar y presentar sus puntos de vista respecto a la programación que se está llevando a cabo en la familia (James: 1979).

SEGMENTO TRES:**10 min.****"COMUNICACION FAMILIAR"**

Según Homs (1990) la comunicación es el intercambio de ideas de todos los conceptos que pueden tener cabida en la mente, para que la comunicación exista es necesario que haya un receptor que forma la retroalimentación, de esta manera el proceso informativo está completo.

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION EN LA FAMILIA

Para el mismo autor la comunicación es un intercambio de ideas, de todos los conceptos que pueden tener cabida en la mente humana, para que la comunicación exista es necesario que haya un receptor que forma la retroalimentación, de esta manera el proceso informativo está completo.

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION.

Nothstine (1989) dice que la comunicación en la familia es importante porque es un proceso por medio del cual se lleva a cabo la administración del tiempo, comunicando positivamente los planes, el tipo de organización que se va a tener, la dirección y el control. Otro aspecto importante de la comunicación es que es un medio por el cual los padres delegan tareas y responsabilidades a los hijos ya sea en forma oral o escrita. La familia pasa tiempo reunida en el hogar comunicándose interpersonalmente, informándose mutuamente, tomándose decisiones o planeando a nivel familiar.

Un claro concepto de la comunicación permitirá entender su importancia.

Si el plan de los padres es aprender a administrar el tiempo de la familia, debe comunicar, compartir sus ideas con los hijos para que ellos sepan los pasos que deben seguir.

La misma autora sigue diciendo que existen seis ingredientes dentro de la comunicación:

1. La fuente del mensaje, desde la idea hasta la expresión.
2. La forma del mensaje.
3. La transmisión tal y como fué pensado.
4. El canal por el cual se transmitirá el mensaje.
5. El decodificador que lo interpretará.
6. El destinatario del mensaje.

EL MENSAJE: Berlo (1992) define el mensaje como un código ya sea en símbolo o idioma que el receptor conozca y el emisor pueda transmitir, al codificar un mensaje se decide el código que se va a utilizar, los elementos que se incluirán en él, la forma en que se va a estructurar.

LOS CANALES: El canal es la palabra hablada o escrita. La claridad del mensaje dependen de cómo se utilice el canal para enviar el mensaje. Otro tipo de canal son los impresos, medios electrónicos, comunicación mixta dónde se combina lo mecánico con lo electrónico.

Si no está bien utilizado el código puede haber confusión del mensaje.

Al expresar las ideas no se hacen de la forma tal y como se pensaron ya que la comunicación se da por medio de símbolos que viene a ser la palabra o el lenguaje paralingüístico.

Para Homs (1990) la fidelidad del mensaje es necesario tener cuatro factores.

1. Habilidad comunicativa
2. Actitudes del emisor.
3. Nivel de conocimiento de lo que se está hablando.
4. Su posición dentro del sistema cultural.

Dentro de la familia no sólo se da la comunicación verbal, sino que también la no verbal o paralingüística. Por lo tanto al enviar un mensaje es necesario que los dos tipos de lenguaje reflejen lo mismo. Cuando los padres comuniquen a sus hijos un nuevo plan que deben desarrollar en la familia es necesario que vean la actitud que

están tomando los hijos para con ellos mismos, la actitud que adoptan frente al asunto no sea que esté tomando a mal la idea que se proponen y la actitud hacia los padres, esto determinará la influencia que tenga el mensaje ya sea que se acepte la idea o se rechace.

BARRERAS DE LA COMUNICACION FAMILIAR

Raindes (1985) dice que las principales barreras que existen dentro de la comunicación son las siguientes:

Una de ellas es el uso incorrecto de las palabras ya sea por que el emisor no está relacionado con el uso de las mismas o porque el receptor también no entiende la connotación exacta del mensaje.

Otra es la barrera psicológica que también tiene una influencia negativa en el mensaje, es una de las más difíciles de superar por las diferentes causas que se originan en la persona como son las actitudes negativas, los prejuicios o los estereotipos. Al responder, el receptor refleja el tipo de personalidad que tiene, por ejemplo, la persona que es tímida contesta de la mejor forma con el fin de no molestar al emisor. Si es una persona cortés vestirá su lenguaje con amabilidad, de tal forma que siempre logre agradar a la otra persona; si tiene complejo de inferioridad, tratará en cada conversación de poner a salvo su orgullo escondiendo sus limitaciones. Por lo tanto, las actitudes negativas pueden ser una barrera para la comunicación, los estereotipos con una connotación negativa predispone a la persona a actuar negativamente frente a cualquier mensaje recibido, los estereotipos inclinan a la persona a actuar de dicha manera ya establecida.

Para Shein (1992) existe un tercer factor muy importante dentro de la comunicación que es la credibilidad, y esta depende de que tan confiable sea el emisor, por ejemplo cuando alguien de confianza dice alguna mentira es totalmente creíble y por lo contrario, cuando alguien no confiable dice una verdad es poco creíble.

Los hijos relacionan la credibilidad con la imagen de los padres. Cuando la imagen es positiva el mensaje tiene mayor efecto positivo en los hijos al contrario,

cuando la imagen es negativa se puede pensar que es una mentira y se pondrá una barrera. Otro factor que aporta mayor credibilidad al emisor y mensaje es la cantidad de apoyo que le brindan.

El cuidado de la apariencia del ejemplo es importante en los padres más cuando se trata de cambiar los planes familiares y aprender juntos a administrar el tiempo familiar, de ahí que el factor importante para que los hijos creen y acepten los mensajes depende de la confianza que les tengan a los padres y no de un día para otro sino es un trabajo que se cuida a lo largo de toda la vida, la confianza se cultiva día a día, para construirla se requiere toda la vida y para derrumbarla se necesita cometer pocos errores, y con eso es suficiente para distorcionar la información.

La comunicación abarca muchos aspectos y existen diferentes teorías sobre ella, para Homs (1990) existen fases de personalidad en la comunicación, por ejemplo la teoría de Eric Borne trata sobre los diferentes roles que se dan en la comunicación, la del padre, adulto y niño.

Las características de la personalidad del padre son las de un ser protector, comprensivo, autoritario, solapador, manipulador, sentimental, prejuicioso, tradicionalista, usa mucho experiencias propias o ajenas así como moralejas y refranes, tiende a la plática educadora entre otras.

Las características de la personalidad del adulto son las de un ser racional y argumentador utiliza sus recursos para cuando existen conflictos en la vida o en ocasiones donde se requiere postura y madurez. Sus actitudes pueden ser: fría, calculadora, no emotiva, analítica, pragmática, relista, negociadora, decidida, disciplinada, trabajadora, congruente, organizada, planificadora, objetiva, responsable, ecuánime, administradora entre otras.

Las características del niño son las de un ser instintivo, caprichoso, manipulador, afectuoso, emotivo, ingenuo, malicioso, pícaro explosivo temperamental, inestable, expresivo, fantasioso, soñador idealista, voluble, jugueto, superficial, dependiente, vive al día sin pensar en el futuro, ególatra, egocéntrica, impositivo.

065175

EJERCICIO 2: ¿Me comunico eficazmente? 5 min.

Participante:

Contestará el cuestionario correspondiente a esta sección.

DINAMICA 3: ¿Qué barreras dañan la comunicación en mi familia? 10 min.

Objetivos:

Dialogar en grupo cada una de las barreras expuestas en esa sección.

Instructor:

- Pedirá a los participantes que analice de qué manera pueden llegar a ser una barrera en la comunicación la falta de ánimo, el temor a ser criticado, la dificultad para expresar los sentimientos, ser ridiculizado ante otros, cuando una de las personas habla sin parar y la tendencia a ocultar las emociones.
- Anotar tres barreras que existen en la comunicación familiar.

COMUNICAR LOS CAMBIOS DEL TIPO DE ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO FAMILIAR.

Para comunicar los cambios es necesario e importante que toda la familia o los que integran el programa de administración del tiempo estén presentes para que puedan comunicarles personalmente los cambios que se piensan originar en el hogar y los beneficios que traerá para cada uno de ellos, darles un informe a los hijos sobre qué se va hacer y cuándo se inicia el nuevo plan de control del tiempo. Es importante decir la verdad a su familia y permitir que ellos opinen al respecto. Se deben expresar los propios sentimientos sobre el programa de administrar el tiempo, ya que expresar lo que sienten ayuda a las personas a sentirse comprendidas y reconocidas además de haber actuado con franqueza, explicarles de qué forma les va a afectar el cambio de programación familiar de modo que sea aceptada la idea y se lleve a cabo (Scott:1993).

DINAMICA 4: "COMUNICANDO EL CAMBIO A LA FAMILIA" 10 min.

Objetivos:

Que las parejas analicen el porqué creen ellas que sea importante comunicar el cambio de organización a las parejas.

Instructor:

Pediré a los participantes que anoten cinco pasos que como padre puede utilizar para comunicar el cambio a su familia.

SEGMENTO CUATRO: 15 MIN.**"MOTIVACION FAMILIAR"**

Para Ricardo (1990) las tareas que deben realizarse dentro del hogar mayormente son cumplidas por los hijos ya sea por presión, por temor a los padres o por motivación o voluntad propia. La motivación evita que los hijos traten de burlar a los padres demostrando su desacuerdo con determinada actividad, pero estando bajo una buena motivación se asumirán las responsabilidades con gusto.

Para Maslow existen cinco necesidades elementales en la vida:

- 1 Fisiológicas,
- 2 Autorrealización,
- 3 Seguridad que abarca los sentimientos de protección,
- 4 Filiación, estimación o reconocimiento que impulsa a relacionarse con otros.
- 5 Busca el logro de metas específicas a costa de todo esfuerzo.

Según Otero (1988) la familia es mayormente feliz cuando es bien motivada, los hijos están llenos de ilusión, prestos a los cambios y con el deseo de cooperar con la familia para lograr un desarrollo pleno.

Dentro de las necesidades sociales se encuentran los tres tipos de motivación que son: pertenecer a un grupo, deseo de poder y ansia de logro tanto dentro como fuera del hogar.

el uso del tiempo dentro del hogar. Es importante describir a la familia los detalles del cambio en la administración del tiempo y el tipo de control que se va a seguir así como la motivación que se va a usar a fin de que todos los integrantes de la familia acepten el cambio y logren los mejores resultados. Por el éxito del cambio es también necesario pedir opiniones y comentarios respecto al plan familiar y estimular a los hijos para que expresen su forma de sentir y ver las cosas, no perder de vista sus reacciones, atender los sentimientos personales para así entender en qué fase del cambio sienten mayor inseguridad o tienen dudas al respecto. Recuerdele a su familia que necesita la ayuda de ellos, su apoyo y comprensión para lograr los planes propuestos para el bienestar de toda la familia.

Al considerar los nuevos planes, es importante mantener el contacto visual con los integrantes de la familia, observar la expresión para interpretar lo que están sintiendo y así demostrar interés por lo que comenten.

Para fomentar el diálogo es necesario permitir que cada persona determine los cambios que necesitan hacer para lograr un buen uso de su tiempo, también aprenderán a trabajar en familia para lograr sus objetivos, se darán comprensión mutua reconociendo que pueden hacer las cosas bien, tomando decisiones en su momento de modificación del plan.

El mismo autor sigue diciendo que la dirección que los padres den a los hijos en cuánto al cambio, es importantes ya que de ello depende cuán bien puedan manejar la situación en el hogar durante el tiempo de transición entre la vieja manera de organizar su tiempo y la nueva forma.

Es necesario comprender que todo cambio puede generar crisis. Pero mayormente se presentan más frecuentemente cuando los hijos y la pareja no son consultados, pero cuando los padres toman el tiempo necesario para dar a conocer los nuevos planes, el tiempo de dificultad se dejará ver solamente en la transición ya que con el paso del tiempo la familia podrá acoplarse a su nuevo sistema de vida. La preparación para el cambio implica varios factores como son: permitir la participación para obtener el control de la situación, usar el poder de la influencia,

planificar el cambio, analizar las estructuras de transición, llevar a cabo la ejecución y ver las recompensas.

En las familias bien organizadas tanto los padres como los hijos comparten los mismos objetivos, existe buena comunicación y saben lo que hacen, cada integrante de la familia desempeña sus responsabilidades con mayor rendimiento, siendo flexibles apoyando el buen manejo de la programación del tiempo en la familia analizando los cambios que se están logrando. Es bueno que los padres no tengan del todo el control directo de la organización del tiempo familiar a fin de coordinar mejor las actividades y facilitar el desempeño y la iniciativa en toda la familia. Esto depende en gran manera de cómo los padres deleguen las responsabilidades a sus hijos.

Los padres tienen la responsabilidad de mantener la dirección del objetivo en base a una excelente comunicación en forma ascendente y descendente, permitiendo así conocer las diferentes modificaciones que se requieren hacer por medio de una valoración de los avances o retrocesos que se hayan tenido sin olvidar las recompensas en la familia por lo que se ha logrado.

Poder e influencia de los padres: la mayor parte de los cambios dentro de un hogar son determinados por los padres pidiéndole a los hijos participación en el nuevo plan. Al principio los hijos pasan tiempo lamentándose por el nuevo sistema deseando que todo fuera como en los días en los que no se tenía un control preciso sobre el uso del tiempo. La tarea de los padres es de reemplazar ese sentir de impotencia, frustración, por la seguridad que ofrece el saber administrar el tiempo familiar. Esto se puede lograr siempre y cuándo los padres sean determinantes en el cambio y la influencia sea positiva en los hijos. La dirección eficaz de parte de los padres, el buen control y una influencia bien ejercida son aspectos fundamentales en el manejo del desarrollo familiar. Si aun con todo el apoyo prestado de parte de los padres los hijos no quieren acoplarse al nuevo programa, es necesario negociar y discutir el cambio.

Según Scott (1993) existen cinco pasos que se deben seguir para preparar adecuadamente a la familia para el cambio y son los siguientes:

1. Preparar a la familia con tiempo para la nueva organización, buscando el momento preciso para comunicar la nueva planeación familiar cuidando que no sea con mucha anticipación pero tampoco unos días antes del cambio.
2. Describir a la familia el cambio que se quiere dar, hablarles con la mayor claridad posible, haciéndoles ver la forma positiva en que les afectará administrar positivamente su tiempo; dar tiempo de razonar el cambio familiar y hacer preguntas sobre las dudas que tengan.
3. Basar la necesidad de cambio en experiencias pasadas, cuándo no les rindió el tiempo y tuvieron que dejar compromisos indispensables para después, ocasiones cuándo no pudieron cumplir con determinada actividad por falta de organización y tuvieron algún tipo de pérdida.
4. Considerar la motivación de la familia para el cambio. Una familia que no se encuentra mental y emocionalmente preparada para el un nuevo estilo de vida mantendrá una actitud negativa, y servirá de barrera a la aceptación del nuevo programa en el hogar lo cuál no permitirá avanzar hacia el objetivo trazado.
5. No hacer más cambios en el horario familiar de los que sean necesarios, evitando modificar fechas, horarios o responsabilidades de la familia sin consultar a nadie. Si en determinado momento es necesario hacerlos, se recomienda cambiarlos uno por uno para que el ajuste sea más rápido y no venga una crisis en la organización y se tenga como consecuencia la desmotivación familiar.

DINAMICA 6: "Planeando el cambio en mi familia" 15 min.

Objetivos:

- Ayudar a los padres a valorar los diferentes aspectos que surgen en el cambio.
- Comprender que todo cambio necesita ser planeado y discutido como pareja.
- Entender que sin su influencia positiva los objetivos no serán fácilmente logrados.

- Recordarle a los participantes que están en el proceso del cambio; por lo tanto, deben apoyarse uno al otro para que los planes sean logrados.
- Pedirle a los participantes que contesten en su manual la dinámica."Planeando el cambio en mi familia"

EJERCICIO 4: "Formas de influir positivamente en mi familia" 5 min.

Participante

Escribirá las formas en que cree que puede influir en su familia para apoyar el cambio del uso del tiempo.

DINAMICA 7: "CONTROL DEL CAMBIO" 10 min.

Objetivos:

Que los padres vean los diferentes cambios que se han dado en su familia, los que se pueden negociar y la forma como influirán en los hijos.

EJECUCIÓN DEL PROGRAMA FAMILIAR DE ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.

Los padres deben adoptar medidas claras y flexibles que puedan ayudar a su familia al cambio. Cuando se inicie el programa de actividades es necesario tomar en cuenta lo siguiente:

1. Dar a su familia motivación en cuanto a sus habilidades, valores y comportamiento.
2. Fomentar la autoadministración del tiempo, aclarándole a cada persona que tiene la responsabilidad de cambiar algún aspecto de su vida.
3. Motivar a la familia más que de costumbre para asegurar que ellos estén de acuerdo con lo que están haciendo.
4. Ayudar a sus hijos a librarse de los viejos hábitos, preparándose como padre mental y espiritualmente para ayudarlos en cualquier dificultad que tengan ya sea para ejecutar el plan o para adaptarse al nuevo programa familiar.

5. Hacer los cambios en forma creativa, no rígido. No mostrarse ofendido cuándo alguno de los integrantes de la familia no cumpla con su deber.
6. Estar pendiente de cualquier necesidad de cambio que exista.
7. Enlazar actividades familiares, como los cultos matutinos y vespertinos, reuniones sociales de tal forma que se colabore en alguna actividad común.
8. Al final de cada semana, hacer una encuesta sobre la situación de sus familiares para saber si están a gusto con el cambio o si necesitan un tiempo adicional para analizar mejor las cosas. Demostrar preocupación por el estado emocional de la familia.

DINÁMICA 8

10 min.

"RECOMPENSANDO A LA FAMILIA"

Objetivos:

- Qué los padres planeen tres diferentes formas de recompensar a sus hijos y a su cónyuge por su empeño en administrar adecuadamente su tiempo.
- Ayudar a los padres a estar conscientes de la importancia que tiene aplicar la motivación en su familia.
- Invitará a los participantes para que dialoguen en pareja sobre esta pregunta: ¿Qué recompensas puedo dar yo como padre a mis hijos cuando cumplan con sus responsabilidades?
- Anotar las respuestas.

Instructor:

Permitir la opinión del participante.

**CRONOGRAMA DE LA UNIDAD SEIS
EVALUACION DEL PROGRAMA FAMILIAR.**

ESTRATEGIAS	Tiempo en min.
DINAMICA 1 <i>“Definiendo evaluación”</i>	10 min.
SEGMENTO UNO: <i>“Importancia de evaluar el programa familiar”</i>	15 min.
DINAMICA 2 <i>“Evaluando el programa familiar”</i>	15 min.
SEGMENTO DOS: <i>“Métodos de evaluación”</i>	15 min.
DINAMICA 3 <i>“Evaluando el avance familiar”</i>	15 min.
SEGMENTO TRES: <i>“Dificultades de la evaluación”</i>	15 min.
DINAMICA 4: <i>“Dificultades en la evaluación familiar”</i>	15 min.
SEGMENTO CUATRO: <i>“TESTIMONIOS”</i>	60 min.
DINAMICA 4: <i>¿Qué beneficios obtuvieron del seminario de administración del tiempo familiar?</i>	10 min.
DINAMICA 6: <i>¿Qué obstáculos encontraron como familia en el proceso de planeación del tiempo?</i>	10 min.
DINAMICA 7: <i>¿Cómo influyó en mi familia el cambio de programación de actividades?</i>	10 min.
DINAMICA 9: <i>“Evaluándonos”</i>	15 min.
DINAMICA 10: <i>¿Cómo influyó la organización de actividades en el área físico, mental, espiritual, emocional y social en la familia?</i>	15 min.
TOTAL	220 min.

UNIDAD VI

"EVALUACION DEL PROGRAMA FAMILIAR"

OBJETIVOS:

Que los padres logren comprender el avance que tuvieron en cuánto al programa de actividades familiares.

Identificar los factores que fortalecieron u obstruyeron el plan familiar.

TIEMPO APROXIMADO:

Tres horas con cuarenta minutos.

MATERIAL PARA LA AUDIENCIA:

Lápices

Manual del participante.

MATERIALES DIDACTICO

Acetatos con las formas de evaluación.

Retroproyector.

ESTRATEGIAS:

A continuación se presentan las dinámicas a realizar en esta unidad.

DINAMICA 1	" DEFINIENDO EVALUACION"	10 MIN.
-------------------	---------------------------------	----------------

Objetivos

Explicar a los padres lo importante que es comprender lo que es la evaluación y su importancia en la aplicación al programa familiar.

Instructor

En esta dinámica el instructor debe pedir a los participantes que piensen y dialoguen con su familia acerca de lo que es la evaluación a fin de llegar a una conclusión final.

SEGMENTO UNO**15 MIN.****"IMPORTANCIA DE EVALUAR EL PROGRAMA FAMILIAR"**

Para Covey (1994) la evaluación es un proceso importante ya que refleja el avance o retroceso de la familia en cuánto a la administración del tiempo, por medio de ella se logra motivar a la familia al crecimiento y permite formar hábitos positivos en cuántos a la inversión del mismo.

Según Russel (1992) la evaluación es un punto importante en el proceso del crecimiento en la organización familiar, ya que se utiliza para predecir las consecuencias positivas y negativas que puede haber en la familia en base a la inversión del tiempo que están realizando, así como saber los resultados que están teniendo en cuánto a la planeación de actividades, otra de las importancias es que los padres pueden ver los errores que se tuvieron en el desarrollo del programa y en base a ello hacer una reeplaneación.

DINAMICA 2**"Evaluando el programa en familiar"****15 min.*****Objetivos:***

Que las familias conozcan realmente el avance que tuvieron al aplicar el cronograma familiar.

Que desarrollen los participantes la habilidad de evaluar el avance o retroceso que tuvieron durante la semana.

Instructor:

Guiará a las familias a que realicen la actividad indicada "Evaluando el programa familiar"

Dirigir la actividad en pareja a fin de llevar a los hijos a una conclusión.

SEGMENTO DOS "MÉTODOS PARA LA EVALUACION"**15 MIN.**

Para Covey (1994) existe un método de evaluación y es por medio de un buen análisis de cada una de las actividades que se planearon para la semana. En base al

plan familiar se elabora un cuestionario por medio del cuál se verán los resultado de la organización familiar.

Según Stoner (1989) existen cuatro difetrentes métodos de evaluación y son los siguientes:

Evaluación de los hijos por los padres:

Es uno de los métodos más frecuentes, dónde los padres analizan el avance de los hijos en cuánto al cumplimiento de las actividades, dándodes el resultado de su conducta.

Evaluación realizada por la pareja.

La pareja es evaluada por el cónyuge, este analiza las actividades individuales y familiares que se llevaron a cabo y el progreso que se tuvo. Este método se basa en un análisis de que tanto se cumplieron las responsabilidades como padre o madre en el transcurso de la semana y hasta que punto se lograron suplir las necesidades física, mentl, emocional, social y espitual de los hijos y el cónyuge.

Evaluación en familia.

Este tipo de evaluación es la que se lleva a cabo en familia, la evaluación es de unos a otros, al individuo lo evalúan por separado, este tipo de evaluación es la menos común en el hogar debido a que los padres frecuentemente no quieren reconocer sus defectos en cuánto al proceso de organización del tiempo familiar.

Evaluación de los padres por los hijos.

Los padres les piden a los hijos que evalúen su desempeño por mejorar el uso del tiempo en la familia. Se analiza la capacidad y la eficacia en cuánto a logro de metas.

DINAMICA 3 "EVALUANDO EL AVANCE FAMILIAR" 15 MIN.

Objetivos

Promover la participación activa de todos los integrantes de la familia.

Reforzar la unión familiar y el deseo de superar juntos los obstáculos tenidos durante el proceso de la adminstración del tiempo.

Conocer cuál es la forma de sentir de cada uno de los integrantes al ser evaluados.

Instructor.

Pedirá a cada uno de los integrantes de la familia que expongan sus ideas personales en cuánto a la evaluación.

SEGMENTO TRES "DIFICULTADES DE LA EVALUACION" 15 MIN.

Stoner (1989) dice que el proceso de la evaluación a veces no logra la efectividad o resultados esperados debido a tres diferentes obstáculos y son los siguientes:

1.- Cambio de criterios.

Esto ocurre cuándola familia evalúa en basea diferentes criterios y motivaciones, para que esto no suceda es necesario que las familias tengan bien definido el método que van a utilizar para evaluar, tener criterios uniformes y justos a fin de evitar graves diferencias al momento de la evaluación.

2.- Prejuicios del evaluador.

Este obstáculo se presenta cuándo alguno de los evaluadores permiten que sus prejuicios distorcionen la evaluación que darán a su familia.

3.- Diferentes patrones del evaluador.

Los padres tienen diferentes formas de evaluar, algunos son exigentes otros son más flexibles o comprensivos, trayendo esto confusión a la familia respecto a la situación. Es necesario que los padres e hijos se pongan de acuerdo en cuánto al estilo de evaluación.

DINAMICA 4 ¿DIFICULTADES EN LA EVALUACION FAMILIAR? 15 MIN.

Objetivos:

Permitir la participación de la familia en forma simultánea a fin de que todos lleven a cabo un análisis de la evaluación familiar que han tenido.

Facilitar la integración familiar, para que los prejuicios puedan ser detectados.

Obtener las opiniones de cada uno de los integrantes de la familia.

Permitir el intercambio de opiniones en la familia.

Instructor

Invitará a las familias a discutir las diferentes dificultades que han tenido en el desarrollo de la evaluación del programa familiar.

Indicará que cada participante se integre al diálogo familiar.

SEGMENTO CUATRO "TESTIMONIOS" 60 MIN.

En esta sección se dedicará tiempo a las parejas para que expresen su experiencia en cuánto a la aplicación de la administración del tiempo a la familia.

DINAMICA 5 10 MIN.

¿QUÉ BENEFICIOS OBTUVIERON DEL SEMINARIO DE ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR?

Objetivos:

Llevar al grupo a reflexionar sobre la forma como se beneficiaron con el seminario de administración familiar.

Instructor.

Pedirá a las familias especialmente a los padres que analicen las preguntas y den su respuesta al público a fin de beneficiarse con las diversas experiencias obtenidas.

En el manual anotar la respuesta correspondiente.

DINAMICA 6 10 MIN.

¿Qué obstáculos encontraron como familia en el proceso de planeación del tiempo?

Objetivos:

Permitir que las familias analicen y compartan con los demás participantes, los diferentes obstáculos que encontraron en la aplicación de la planeación del tiempo a la familia.

Instructor:

Pedirá a los participantes que hagan una lista de las dificultades que tuvieron para llevar a cabo la planeación familiar.

Plantear sus respuestas al grupo a fin de ser discutidas.

En el manual anotar la respuesta correspondiente.

DINAMICA 7**10 MIN.**

**"CÓMO INFLUYÓ EN MI FAMILIA EL CAMBIO DE PROGRAMACIÓN
DE ACTIVIDADES"**

Objetivos:

Analizar como padres el tipo de influencia positiva y negativa que se tuvo en la familia durante la aplicación de la programación familiar.

Instructor:

Dirigirá la dinámica, reunirá a dos familias con el fin de que los padres puedan comprender la dirección que tomó la programación del tiempo.

Tomar nota en la sección correspondiente del manual.

DINAMICA 8**10 MIN.**

¿QUÉ FUÉ LO QUE MAS AYUDO A LA ORGANIZACION FAMILIAR?

Objetivos:

Identificar los factores que hicieron posible llevar a acabo la organización de actividades en la familia.

Instructor:

Reunir a dos familias para que analicen los factores que como padres e hijos les ayudaron en la organización diaria de sus actividades.

Anotar en el manual los diferentes las conclusiones a las que llegaron en familia.

DINAMICA 9**" EVALUÁNDONOS "****15 MIN.****Objetivos:**

Las familias analizarán el avance o retroceso que hayan logrado en cuánto a la administración del tiempo.

Instructor:

Analizar cada una las necesidades física, mental, emocional, espiritual y sociales de la familia a fin de evaluar hasta que punto fueron suplidas

Escribir en el manual las conclusiones a las que llegaron

DINAMICA 10**15 MIN.**

**¿CÓMO INFLUYÓ EN MI FAMILIA LA ORGANIZACION DE
ACTIVIDADES?**

Objetivos:

Identificar la influencia positiva y negativa que se tuvo en la familia al iniciar el cambio de organización del tiempo.

Instructor:

Dirigirá en forma abierta la pregunta ¿Cuáles son los factores que influyeron positiva y negativamente en la familia?

Conducirá la discusión abierta en el grupo a fin de obtener las respuestas a la pregunta planteada.

Escribir en el manual las respuestas correspondientes.

DINAMICA 11**15 MIN .**

**¿CÚANTO TIEMPO FUE NECESARIO DEDICARLE A LOS HIJOS A FIN
DE LOGRAR LOS OBJETIVOS PROPUESTOS?**

Objetivos:

Promover la participación activa del grupo.

Obtener conclusiones de parte de los padres acerca de la pregunta planteada.

Analizar si el tiempo dedicado a los hijos fué el necesario o si se requiere de un pocomás.

Instructor:

Solicitará al grupo integrar equipos de dos familias para analizar si el tiempo que dedicaron al hogar fué el necesario.

Intercambiar familias para que discutan y compartan sus diferentes opiniones.

Pedir un representante de cada equipo para que exponga la conclusión a la que llegaron.

Anotarla en la sección correspondiente del manual del participante.

ADMINISTRACION

DEL **Tiempo**



familiar

MANUAL DEL PARTICIPANTE



SANDRA LUZ HUEDA ARANDA

CAPITULO III

MANUAL DEL PARTICIPANTE

El manual del participante se encuentra en el capítulo dos del proyecto, en él se explica el desarrollo de cada unidad, así como el apoyo bibliográfico para cada segmento.

Está formado por seis unidades, en cada una de ellas se especifica el proceso a seguir los ejercicios, dinámicas a realizar por los participantes así como los objetivos de cada actividad.

La dinámica es un momento en el cual los participantes interactúan entre sí y llegan a determinadas conclusiones sobre el tema que se está analizando.

El ejercicio es una actividad personal en la cual cada participante desarrolla un cuestionario o un inventario de actividades.

El propósito de este manual es que el instructor tenga los conocimientos básicos para el buen desarrollo del seminario así como para cada unidad.

Las unidades que conforman el manual son las siguientes:

UNIDAD I: "El tiempo y su valor en la familiar"

UNIDAD II: "Administración del tiempo familiar"

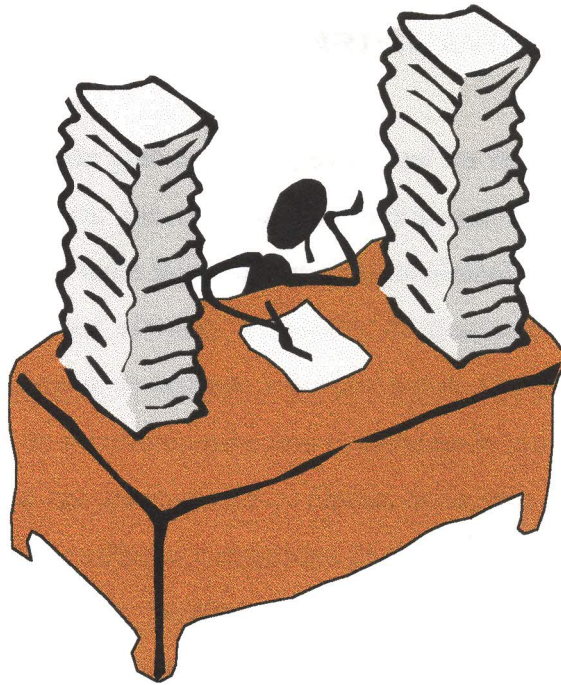
UNIDAD III: "Planeación del tiempo familiar"

UNIDAD IV: "Programación del tiempo familiar"

UNIDAD V: "Organización del tiempo familiar"

UNIDAD VI: "Evaluación de la organización familiar"

Administración del tiempo familiar.



CAPITULO III

MANUAL DEL PARTICIPANTE

La vida actual es de gran agitación, en la cual las familias tienen poco tiempo para convivir, para planear los cambios necesarios que se tengan que hacer para mejorar el uso del tiempo tanto familiar como personalmente.

Como padres deben afrontar el desafío de mantener las buenas relaciones familiares, el área espiritual de acuerdo a la voluntad de Dios, equilibrar el tiempo de trabajo con el tiempo de recreación así como el cuidado de la salud de los hijos.

Es posible que las preocupaciones diarias de la vida le causen confusión y desaliento, perdiendo la confianza y seguridad de seguir adelante, pero el saber que su decisión de mejorar la vida familiar es para bien y que su familia es de gran importancia para Dios, debe ser reconfortante para su vida. Por eso, uno de los cambios trascendentales en su vida familiar será el de aprender a ser buenos administradores del tiempo familiar.

Puede resultar una tarea muy difícil de realizar, un objetivo imposible por alcanzar; sin embargo, con esfuerzo y perseverancia el objetivo de controlar el tiempo familiar puede ser posible.

El manual del participante proporciona ideas claras para emprender la programación del tiempo familiar de una forma fácil y sencilla, aprendiendo a valorar el tiempo y a sentir la necesidad de ser buenos administradores del tiempo familiar.

Las estrategias que se plantean en este manual le ayudarán a:

- Comprender el papel como padre y madre de familia.
- Dirigir el cambio familiar respecto al uso del tiempo.
- Proporcionar nuevas alternativas a la familia.
- Apoyarse de la mano de Dios en el inicio y transcurso del cambio.

- Tratar con paciencia y cariño a su familia en la corrección de errores que comentan en el tiempo de transición.
- Aprender a negociar con su familia los cambios necesarios para lograr el objetivo trazado.
- Preparar a la familia para el cambio.
- Dominar y controlar el cambio familiar.
- Motivar a la familia a seguir con el objetivo de administrar adecuadamente el tiempo familiar.
- Recompensar por las respuestas positivas de la familia.

Recuerde, el esfuerzo que usted haga por mejorar su la relación familiar, por aprovechar el tiempo de la mejor forma, será recompensado con el éxito y la satisfacción personal al ver que su familia está aprendiendo a ser buen administrador de su tiempo y a poner en primer lugar sus necesidades primordiales.

UNIDAD UNO
IMPORTANCIA DEL TIEMPO



DINAMICA 1: "INTEGRACION DEL GRUPO" 15 MIN.

INSTRUCTOR:

Permitirá que los participantes se presenten al grupo, para romper el hielo.

DINAMICA 2: ¿ Qué es el tiempo? 10 MIN.

INSTRUCCIONES:

Reunirse en grupos de tres parejas y discutir la opinión que tienen sobre el concepto del tiempo.



DINAMICA 3: "El valor del tiempo familiar" 10 MIN.

Escriban la definición que como pareja les parezca la más correcta.

EJERCICIO 1: "El valor de mi tiempo" 5 MIN

Instrucciones:

Las declaraciones que siguen le ayudarán a conocer su estilo de administrar su tiempo y a pensar en su estilo de vida en caso de necesitarlo.

	Sí	No
1. ¿Trata de tener un control de sus actividades diarias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Trata de llevar una agenda con los compromisos más importantes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Procura arreglar sus compromisos de cada día sin dejar ninguna actividad pendiente para otro día?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Generalmente tiene un plan semanal de sus actividades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Piensa con frecuencia que tiene su tiempo desorganizado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Trata de suplir todas sus necesidades diarias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿A veces no tiene tiempo para realizar actividades importantes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Tienes una idea clara de tus compromisos dentro de tu hogar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Los conflictos familiares han tenido que ver con la forma como organizaste tu día?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿Eres capaz de organizar tus actividades y cumplir con el objetivo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Las respuestas que hayan sido contestadas con un no, necesitan ser revisadas más detenidamente ya que puede ser un punto de conflicto en la familia debido a una mala administración del tiempo personal.

Lo ideal es que todas las preguntas sean contestadas con un sí.



DINAMICA 4:

10 MIN.

"IDEAS SOBRE EL VALOR DEL TIEMPO"

Dialogue con su pareja sobre el valor que le da su familia al tiempo.

Anótelos en el siguiente espacio.

Discuta con su pareja cinco formas como pueden enseñarles a sus hijos a valor el tiempo familiar.

Comparta con sus compañeros la conclusión a la que llegaron como pareja.

EJERCICIO 2:

10 MIN.

"DEFINICION DE VIDA CRISTIANA FAMILIAR"

Reunirse en parejas para discutir lo que abarca la vida cristiana familiar y en base a ello llegar a una sola conclusión.

Anote aquí su definición:

DINAMICA 5: "CRECIENDO ESPIRITUALMENTE" 20 MIN

- Formar equipos para analizar las diferentes formas en las que se puede dedicar tiempo a la fase cristiana.
- Cada equipo mencionará una actividad para lograr un crecimiento familiar cristiano.
- Separarse por parejas para hacer votos de poner en práctica las ideas sugeridas en el desarrollo de la familia.

Anote aquí las actividades de esta sección:







Para las parejas: ¿Está usted dispuesto (a) a poner en practica las ideas aquí sugeridas para mejorar la vida espiritual en su familia?

ESPOSO

ESPOSA

EJERCICIO 3 "AUTOEVALUACION" 5 MIN.

Instructor:

Muchas veces no se logra ser tan consciente del uso que se le está dando al tiempo hasta que se dedica una parte del tiempo a meditar en ello; por medio de esta evaluación sabrás qué tipo de inversión estás haciendo de tu tiempo.

Contesta a las preguntas siguientes lo más aproximado posible.

1. ¿Cuánto tiempo dedicas a la devoción personal? _____
2. ¿Cuánto tiempo dedicas en el trabajo? _____
3. ¿Cuál es tu promedio de tiempo para llegar al trabajo? _____
4. ¿Cuánto tiempo dedicas a tu arreglo personal? _____
5. ¿Calcula el tiempo promedio que pasas con tu familia. _____

6. ¿Cuántas horas duermes? _____

7. ¿Cuánto tiempo dedicas a ver televisión? _____

8. Calcula el tiempo de ocio que tiene diariamente _____

9. ¿Cuánto tiempo dedicas a descansar en el día? _____

10. ¿Cuánto tiempo dedicas al culto familiar? _____

Total de horas

EJERCICIO 4: "APLICANDO LA PELICULA A MI VIDA" 10 MIN



Anote las diferentes lecciones que pudieron obtener de la proyección.

- Aplicación a mi persona:

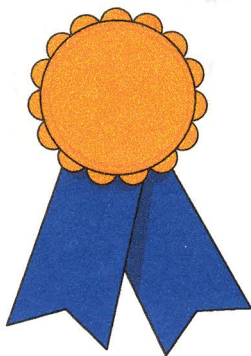
- Aplicación a mi familia:

UNIDAD DOS
ADMINISTRACION DEL TIEMPO
FAMILIAR

DINAMICA 1:

"DISTINTIVOS"

15 min.



Instructor

Anotar 2 características de cada pregunta.

1. ¿Cuáles son los beneficios que trae tener una buena administración del tiempo familiar?

2. ¿Qué características presenta la familia que llevan una buena administración de su tiempo?

3. ¿Cuáles son las características de las familias que no tienen control de su tiempo?.

4. ¿Qué razones le darías a una familia para que tenga una buena administración de su tiempo?

DINAMICA 2:**15 min.****"LA ADMINISTRACION Y EL TIEMPO FAMILIAR"**

Instructor:

Discutan en grupos de 3 parejas la relación que existe entre la administración y el tiempo de la familia.

Anote su opinión:

EJERCICIO 1: ¿Soy buen administrador del tiempo?**5 min.**

Instrucciones:

Contesta el siguiente cuestionario.

	Sí	No
1. ¿Por lo general tengo cosas pendientes por hacer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Salgo rápido para el trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Es frecuente que olvide las cosas por tener poco tiempo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Todos los días tengo tiempo para lo espiritual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿A veces no me da tiempo de ir a la iglesia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Llego tarde al trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 7. No tengo tiempo para divertirme
- 8. La mayor parte de mi tiempo la paso trabajando
- 9. Mis actividades mas importantes suelen quedar para después
- 10.No tengo tiempo para hacer ejercicio

EJERCICIO 2: ¿Cómo distribuyo mi tiempo? 5 min.

Instrucciones

Ponle el porcentaje que creas dedicar a cada actividad, empezando del 100% hasta el 50%

- 1. AREA ESPIRITUAL: _____
- 2. AREA SOCIAL: _____
- 3. AREA FISICA: _____
- 4. AREA SOCIAL: _____

DINAMICA 3: 15 min.

"BENEFICIANDO TOTALMENTE A MI FAMILIA"

Intrucciones:

Dialogar con la pareja los diferentes beneficios.

- 1. Tres Beneficios que trae administrar el tiempo familiar para los padres.

- 2. Tres beneficios que trae como consecuencia a los hijos organizarles las actividades.

- 3. Tres Consecuencias negativas que trae a los hijos en las siguientes áreas:

b) Social: _____

c) Intelectual: _____

d) Física: _____

EJERCICIO 3: ¿CUALES SON MIS PRIORIDADES DIARIAS? 10 min

a) SOCIALES _____

b) ESPIRITUALES: _____

c) FISICAS: _____

d) INTELECTUALES _____

DINAMICA 4

10 min.

"NECESIDADES FAMILIARES, UN COMPROMISO DE AMOR"



La educación infantil es una obra importante en la vida de cada niño y de cada padre, por ello deberían tomar en cuenta la responsabilidad que tienen de cuidar a sus hijos, dedicando el tiempo necesario para orientarlos hacia sanos objetivos, fomentándoles hábitos que les ayuden a desarrollarse mental, física, espiritual y emocionalmente(White: 1974).

Escriba como padres las metas en cada necesidad que quiere lograr en el transcurso de la semana.

ESPIRITUAL:

LUNES: _____

MARTES: _____

MIERCOLES: _____

JUEVES: _____

VIERNES: _____

SABADO: _____

DOMINGO: _____

UNIDAD TRES

PLANEACION DEL TIEMPO FAMILIAR



En el transcurso de este seminario ha podido aprender lo que es el tiempo y su relación con la familia así como los diferentes beneficios que trae a la familia administrar el tiempo familiar; ahora es tiempo de que usted desarrolle un plan de actividades que respondan a las necesidades familiares y que a la vez cumpla con un cambio en el estilo de vida.

Dedique un tiempo para contestar las siguientes preguntas, relacionándolas con el cambio familiar que quieren obtener.

DINAMICA 1: "PLANIFICANDO LO IMPORTANTE" 10min.

¿Escriba cuatro actividades que para usted sea vital importancia planificar en su agenda semana?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

DINAMICA 2: 10 min**¿QUE PLANES TENGO PARA MI VIDA ESPIRITUAL?**

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

EJERCICIO 1: "Una mirada a mi agenda" 10 min.

I. Realice una lista de cuatro actividades que considere más importantes en su vida.

- A. _____
- B. _____

C. _____

D. _____

II. Analice cuáles son sus metas a largo plazo.

A. _____

B. _____

C. _____

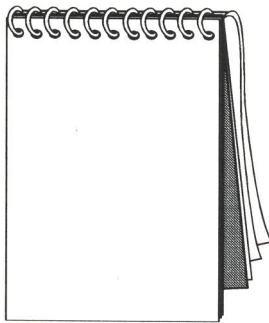
III. Piense cuáles son las actividades de mayor importancia en su vida:

IV. ¿Cuáles son los puntos de su vida que quedan sin ser satisfechos?

V. ¿Es usted feliz con el tipo de actividades diarias que realiza?

DINAMICA 3 "Aplicando actividades" 10 min.

Anote en esta sección las actividades las que llegó con su pareja en los diferentes niveles de planeación.



I. Planes a corto plazo:

A. _____

B. _____

C. _____

II. Planes a mediano tiempo:

A. _____

B. _____

C. _____

III. Planes a largo plazo:

A. _____

B. _____

C. _____

EJERCICIO 2: ¿Tiene mi vida un plan a seguir? 5 min.

	Sí	No
1. ¿Sé las actividades que debo realizar el día de mañana?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Tiene usted alguna meta a corto plazo en su vida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Cumplo con todas las actividades necesarias diariamente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Conoce sus objetivos espirituales?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Es capaz de hacer planes y llevarlos a cabo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿En el trabajo, tiene metas a largo plazo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Tengo objetivos en mi vida social?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Maneja usted el tiempo en base a un calendario?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Conoce mi familia las diferentes actividades que tengo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿Llego puntual a los compromisos o retrasado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

DINAMICA 4: "DEBERES COMO ESPOSOS Y PADRES"**10 min.**

Anote aquí sus objetivos:

Objetivos como esposo(a):

1. _____
2. _____

Objetivos como padre o madre:

1. _____
2. _____

DINAMICA 4:**15 min.****"APLICANDO LOS OBJETIVOS A MI VIDA FAMILIAR"**

Anote las diferentes ideas surgidas de la dinámica en este espacio.

tres objetivos por necesidad.

Objetivos espirituales:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Objetivos físicos:

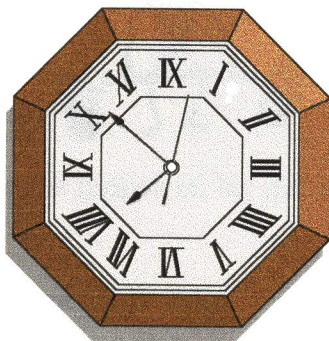
- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Objetivos mentales:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Objetivos sociales:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

EJERCICIO 3:**5 min.****"TIEMPO PARA ORDENAR MIS OBJETIVOS"****INSTRUCCIONES:**

Anota en las siguientes líneas los objetivos correctos al lado derecho y los incorrectos a lado izquierdo de cada sección.

AREA ESPIRITUAL

_____	_____
_____	_____
_____	_____

AREA FISICA

_____	_____
_____	_____
_____	_____

AREA MENTAL

_____	_____
_____	_____
_____	_____

AREA SOCIAL

_____	_____
_____	_____

EJERCICIO 5 ¿Cuáles son mis roles en la vida? 5 min.

Los roles son las diferentes formas en las que se vive, se convive, se aprende, juega y se es responsable.

Anota los diferentes roles que tiene en su vida.

HOMBRE: _____

MUJER: _____

DINAMICA 6: 10 min.**¿Cuál es mi misión en base a los diferentes roles que tengo?**

Rol Cristiano: _____

Rol de esposo: _____

Rol de padre: _____

Rol de madre: _____

Rol en el trabajo: _____

Rol de amigo: _____

DINAMICA 7: ¿COMO FIJAR LAS METAS JUNTOS? 10 Min.

Anote las conclusiones que se obtuvieron:

1. ¿Cuáles son los cambios que ha intentado anteriormente?

2. ¿En el intento de cambio que hizo usted y su familia, qué cosas no funcionaron antes?

3. ¿Cuáles metas definieron con claridad ?

EJERCICIO 5 10 min

¿Cuáles son mis metas personales a corto plazo en base a la administración del tiempo familiar?

Instrucciones:

Por favor anote las metas que quiere proponerse para lograr una adecuada administración del tiempo familiar.

Mi meta en el área espiritual es

Mi meta en el área física es

Mi meta en el área social es

Mi meta en el área mental es

EJERCICIO 6

5 min.

"AUTOEVALUACION SOBRE EL USO DEL TIEMPO"

	Sí	No
1. Generalmente desayuno y como rápidamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Llego a los compromisos casi corriendo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. A veces se siente frustrado por no hacer todo lo que tenía en mente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Cuando tengo algo pendiente me olvido de los demás compromisos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Siempre ando apurado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Generalmente me tienen que recordar los compromisos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Me distraigo en otras actividades en lugar de cumplir con mis responsabilidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Tengo todo el día lleno de trabajo y compromisos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. El tiempo que dedico a mi familia es poco.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Suelo cancelar compromisos por cumplir con otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

DINAMICA 8:**10 min.****"PROGRAMACION ANUAL DEL TIEMPO FAMILIAR"**

Anote las actividades correspondientes al plan anual. ¿Qué decidió con su pareja?

ENERO: _____

FEBRERO: _____

MARZO: _____

ABRIL: _____

MAYO: _____

JUNIO: _____

JULIO: _____

AGOSTO: _____

SEPTIEMBRE: _____

OCTUBRE: _____

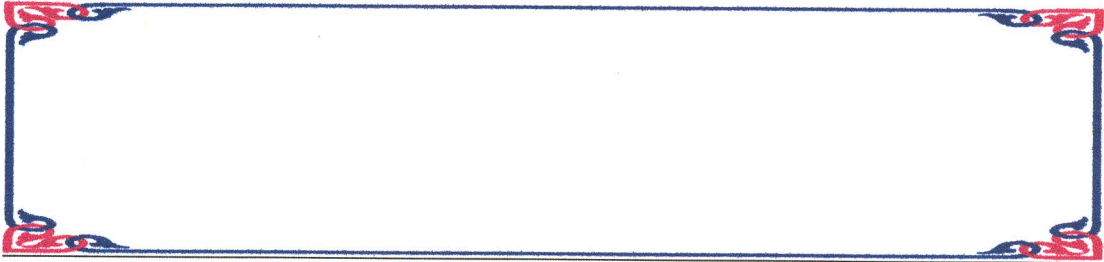
NOVIEMBRE: _____

DICIEMBRE: _____

UNIDAD CUATRO
CONCEPTO DE PROGRAMACION

DINAMICA 1: "Nuestro concepto de programación" 5 min.

Anote aquí su definición:



EJERCICIO 1: "PROGRAMANDO MIS PRIORIDADES" 10 min.

Instrucciones:

Elabore una lista de todas las actividades futuras que usted sienta que necesita llevar acabo en la semana próxima.

DOMINGO _____

LUNES: _____

MARTES _____

MIERCOLES _____

JUEVES: _____

VIERNES _____

SABADO _____

DINAMICA 2: "Administrando el tiempo" 10 min.

Después de haber dialogado con su pareja anote las actividades que no son tan prioritarias en esta sección y que están contempladas en su agenda.

DOMINGO _____

LUNES: _____

MARTES _____

MIERCOLES _____

JUEVES: _____

VIERNES _____

SABADO _____

EJERCICIO 2 "ANALIZANDO MI AGENDA PERSONA" 10 min.

Escriba 2 actividades que realice en cada sección que se menciona:

Espiritual: a).- _____

b): _____

Espiritual familiar: a). _____

b): _____

Recreación: a). _____

b). _____

Intelectual: a): _____

b): _____

Cuidado físico: a). _____

b). _____

Convive con su conyuge: a). _____

b): _____

Póngase una calificación total a cada área.

Área espiritual: _____ Área social: _____

Área física: _____ Área intelectual: _____

Área recreacional: _____ Convivencia. _____

DINAMICA 3: "Conflicto entre lo urgente y lo indispensable" 10 min.



Instrucciones:

Al dialogar vaya eligiendo las actividades para cada sección.

Elija tres actividades que realicen que sean urgentes:

1. _____
2. _____
3. _____

Elijan tres actividades que sean necesarias:

1. _____
2. _____
3. _____

¿Cuál es la diferencia entre los urgente y necesario?

¿Qué actividades existen más en su agenda, las urgentes o las necesarias?

DINAMICA 4: "Programando el tiempo en las áreas principales" 15 min.

Anoten aquí las actividades familiares que decidieron su cónyuge y usted, incluir en su agenda semanal en cada una de las áreas.

Actividades en el área espiritual:

Devoción personal:

- a) _____
b) _____

Altar familiar:

- a) _____
b) _____

Área física:**I. EJERCICIOS**

- A. _____
B. _____

II. ALIMENTACION

- A. _____
B. _____

III. DESCANSO

- A. _____
B. _____

Área mental

- a) _____
b) _____

Área social.**I. FAMILIAR.**

- A. _____
B. _____

II. CONYUGAL:

A. _____

B. _____

III. CIRCULO SOCIAL.

A. _____

B. _____

Área eclesial:

a) _____

b) _____

UNIDAD CINCO
ORGANIZACION DEL TIEMPO FAMILIAR

DINAMICA 1.

5 min

"Beneficios de la organización del tiempo familiar"



Anote las cinco conclusiones a las que llegaron en grupo sobre los beneficios que trae organizar el tiempo familiar.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

EJERCICIO 1:**10 min.****" Cuales son mis responsabilidades en el hogar"****Area espiritual:**

a) _____

b) _____

Área eclesial:

a) _____

b) _____

En el hogar:

a) _____

b) _____

¿Cuales son mis errores en el área espiritual?

¿Cuales son mis errores en el área eclesial?

¿Cómo debo organizarme para poder cumplir con mis responsabilidades?

Area espiritual:

a) _____

b) _____

Area eclesial:

a) _____

b) _____

DINAMICA 2:**"Diferentes roles en mi familia"****10 min.**



Después de haber dialogado las parejas sobre las preguntas, dedíquese a contestar cada una de ella.

- I. ¿De quién es la responsabilidad de mantener el hogar limpio y en orden?
- A. _____
- B. _____
- II. ¿El horario de las comidas debe ser diferente cada día, dependiendo de que horas salga el esposo del trabajo y quiera volver a la casa? si es afirmativo diga por qué:
- _____
- _____
- no, explique por qué:
- _____
- _____
- III. La madre es la unica responsable del cuidado de los hijos.
si, diga por qué:
- _____
- no, diga por qué:
- _____
- IV. La enseñanza de valores y religión en el hogar, el cuidado del organismo y el buen uso del tiempo así como asistir a la iglesia, ¿responsabilidad de quién es?
- _____
- V. A quién corresponde organizar el culto familiar?

	Sí	No
1. ¿Permito a las demás personas que se expresen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Por lo general me excuso diciendo, así soy yo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Expreso con facilidad mis sentimientos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Mi comunicación va acompañada de muecas y gestos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Tiendo a agredir verbalmente a mi familia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Escucho con atención y paciencia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Pierdo con facilidad la paciencia al hablar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Le doy demasiada vueltas a las explicaciones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. A veces no sé pedir favores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Siento confianza de hablar con mi pareja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Mis hijos me entienden siempre el mensaje que les envío.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Tiendo a interpretar mal lo que me comunican.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Suelo hablar en voz muy alta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Doy confianza a los demás para que se expresen libremente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Con mis amigos hablo libre y tranquilamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Escucho con paciencia a mis hijos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Mi cónyuge se acerca a mi para decirme lo que siente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Tiendo a callar muchas cosas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Generalmente culpo y critico a los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Analizo bien lo que voy a decir?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

DINAMICA 3:**10 min.****"Barrera que impiden la buena comunicación familiar"**

Conteste las preguntas en base a las conclusiones que llegó con su equipo.

1. Falta de de ánimo:

2. El temor a ser criticado:

3. Dificultad para expresar los sentimientos:

4. Siendo ridiculizado ante otros:

5. Una de las personas habla sin parar:

6. Ocultar las emociones:

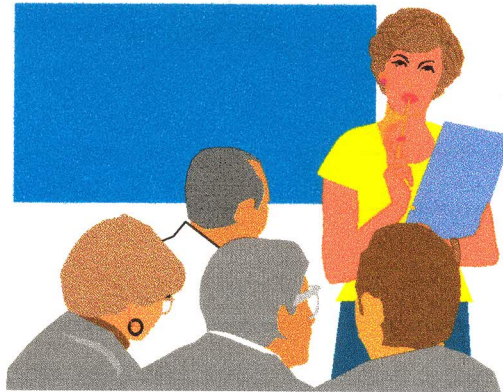
Anote tres barreras que existen en la comunicación de su familia.

1. _____
2. _____
3. _____

DINAMICA 4:

10 min.

**"COMUNICANDO EL CAMBIO DE ORGANIZACION
A LA FAMILIA"**



Anote el comentario de por qué creen ustedes como pareja que sea importante comunicar el cambio.

A large rectangular area with a decorative border. The border is blue with red and white floral or scrollwork patterns at the four corners. The interior of the rectangle is blank white space, intended for writing a comment.

Anote cinco pasos que usted como padre haría para comunicar el cambio a su familia.

1. _____
2. _____
3. _____

4. _____

5. _____

EJERCICIO 3 **¿Qué me motivó al cambio?** **10 min.**

Motivos espirituales:

a) _____

b) _____

Motivos sociales:

a) _____

b) _____

Motivos físicos.

a) _____

b) _____

Motivos mentales.

a) _____

b) _____

Motivos eclesiales

a) _____

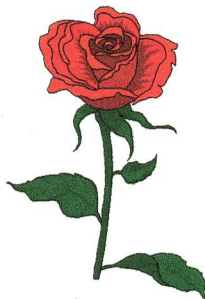
b) _____

Motivos conyugales

a) _____

b) _____

DINAMICA 5 **¿Está mi familia motivada al cambio?** **5 min.**



Después de analizar los puntos con su pareja, vayan tachando los que sientan que se han dado en su familia.

___ ¿Conoce su familia el cambio que están planeando hacer en cuanto al uso del tiempo familiar?

___ Mi familia está participando en el cambio de de administración el tiempo familiar.

___ Cómo padre o madre les motivo para seguir con los planes de cambio en cuanto a la organización familiar.

___ Conocen las ventajas de organizar su tiempo.

___ Conocen las desventajas de llevar una vida desorganizada.

___ El calendario mensual es entendible para ellos?

___ Mis hijos sienten la confianza de hacer preguntas en cuanto a sus nuevas responsabilidades.

___ Se siente parte del equipo, no ayudantes de los padres.

DINAMICA 6

15 min.

"Planeando el cambio del uso del tiempo familiar"

A continuación, anote en el espacio correspondiente los aspectos del cambio que usted y su cónyuge tienen controlados

EJERCICIO 4: "Influyendo positivamente"

10min.

"Formas de influir positivamente en mi familia, durante el cambio de organización de las actividades familiares"

Instrucciones:

Anote los aspectos en los cuáles su influencia será de gran ayuda a su familia.

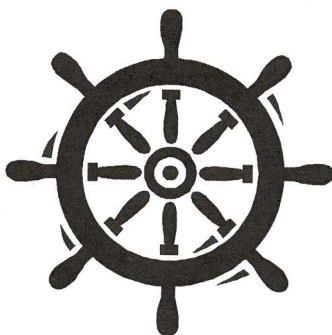
Anote los aspectos sobre los cuales necesita cambiar usted su actitud.

Describa sobre cuáles aspectos la familia necesita un poco más de información sobre el cambio de organización del tiempo familiar.

DINAMICA 7:

"Control del cambio"

10 min.



Piense con su pareja en algún tipo de cambio que haya habido recientemente en su hogar dialogando cuáles cambios son negociables con su familia, cuáles son controlados y cuáles son cambios consumados.

1. Cambios consumados. (no se tiene control de ellos)

2. Cambios negociables en la familia.

3. Cambios controlables por la familia.

UNIDAD VI

"EVALUACION DEL PROGRAMA FAMILIAR"

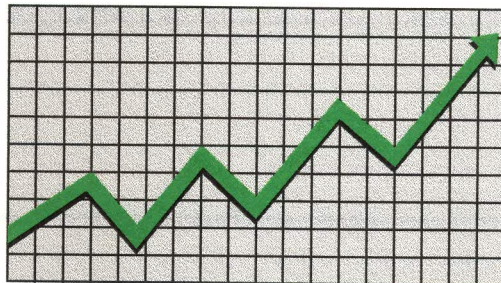
DINAMICA I

"DEFINIENDO EVALUACION"

10 MIN.

DINAMICA 2 "EVALUANDO EL PROGRAMA FAMILIAR"

15 MIN.



Contestar en familia las siguientes preguntas:

¿El programa puesto en práctica en la familia abarco las fasec física, mental, espiritual, emocional y social de los integrantes?

Social: SI NO

Física: SI NO

Mental: SI NO

Emocional: SI NO

Espiritual: SI NO

DINAMICA 3 "EVALUANDO EL AVANCE FAMILIAR" 15MIN.

¿Cuáles son las ideas respecto a la evaluación familiar?

Esposo: _____

Esposa: _____

Hijos: _____

Generalizando, la familia ¿cómo se siente con el tipo de evaluación que están teniendo?

Utilizar el calendario y ponerle al final de cada día si avanzaron en la programación del tiempo familiar.

HRS	DOMINGO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
6-7							
7-8							
8-9							
9-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							
21-22							

DINAMICA 4 "DIFICULTADES EN LA EVALUACION FAMILIAR" 15 MIN.

Anote en esta sección las diferentes dificultades que encontraron al evaluar el programa de actividades familiar.

FISICA: _____

MENTAL: _____

ESPIRITUAL: _____

SOCIAL: _____

EMOCIONAL: _____

SEGMENTO CUATRO "TESTIMONIOS" 60 MIN.

En esta sección se dedicará tiempo para que los participantes expresen su experiencia en cuanto a la aplicación de la administración del tiempo familiar.

DINAMICA 5 10 MIN.

¿QUE BENEFICIOS OBTUVIMOS DEL SEMINARIO DE ADMINISTRACION DEL TIEMPO FAMILIAR?

ESPIRITUALES: _____

SOCIALES: _____

MENTALES: _____

FISICOS: _____

EMOCIONAL: _____

DINAMICA 6 10 MIN.

¿QUE OBSTACULOS ENCONTRARON COMO FAMILIA EN EL PROCESO DE PLANEACION FAMILIAR?

ESPIRITUAL _____

MENTAL: _____

FISICO: _____

SOCIAL: _____

EMOCIONAL: _____

DINAMICA 7

10 MIN.

**¿CÓMO INFLUYÓ EN MI FAMILIA EL CAMBIO DE PROGRAMACION
DE LAS ACTIVIDADES?**

POSITIVAMENTE EN CADA UNA DE LAS FASES

EN LOS HIJOS:

FISICA: _____

MENTAL: _____

ESPIRITUAL: _____

SOCIAL: _____

EMOCIONAL: _____

EN EL CONYUGE:

FISICA: _____

MENTAL: _____

EMOCIONAL: _____

ESPIRITUAL: _____

SOCIAL: _____

DINAMICA 8**10min**

¿CUÁNTO TIEMPO FUÉ NECESARIO DEDICARLE A LOS HIJOS A FIN DE LOGRAR LOS OBJETIVOS PROPUESTOS EN BASE A TODAS LAS NECESIDADES BASICAS?

ESPIRITUAL: _____

MENTAL: _____

EMOCIONAL: _____

FISICO: _____

SOCIAL: _____

DINAMICA 9**“EVALUANDONOS”****15 MIN**

Ponga la calificacion que corresponda al avance que tuvo en cada una de las necesidades mencionadas.

	50%	60%	70%	80%	90%	100%
<input checked="" type="checkbox"/> Social:						
<input checked="" type="checkbox"/> Física:						
<input checked="" type="checkbox"/> Mental						
<input checked="" type="checkbox"/> Emocional						
<input checked="" type="checkbox"/> Espiritual:						

DINAMICA 10**15 min**

COMO INFLUYO LA ORGANIZACION DE ACTIVIDADES EN LA FAMILIA?

Lluvia de ideas.

Influencias positivas y negativas que tuvo la familia en el cambio de organizacion de actividades.

CAPITULO IV

RESUMEN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

El proyecto de administración del tiempo familiar está compuesto por cuatro capítulos. El capítulo uno presenta el trasfondo del problema, la declaración del problema, el propósito del proyecto, los objetivos, las limitaciones, delimitaciones, metodología, definición de términos y la organización del proyecto.

En el segundo capítulo se encuentra el manual del instructor, en el cual se incluye la información didáctica aplicable al seminario, respaldando el capítulo en base a las opiniones de varios autores. El manual del instructor está formado por cinco unidades las cuales son:

Unidad uno: "El valor del tiempo y la familia"

Unidad dos: "Administración del tiempo familiar"

Unidad tres: "Planeando el tiempo familiar"

Unidad cuatro: "Programación del tiempo familiar"

Unidad cinco: " Organización del tiempo familiar"

Unidad seis: "Evaluación del programa familiar"

Son seis unidades en las cuales se desarrolla el tema de administración del tiempo familiar.

Al inicio de cada unidad del manual del instructor se encuentra el control de las unidades indicando los objetivos, el tiempo aproximado para desarrollo de la unidad, guía del material didáctico, los segmentos por medio de los cuales se va a llevar un control del desarrollo de la unidad, estrategias así como los ejercicios y las dinámicas aplicables a cada segmento.

El capítulo tres presenta el manual del participante, el cual contiene seis unidades respaldadas por el manual del instructor, el manual del participante es un cuaderno de trabajo dónde contiene cuestionarios y dinámicas dónde el participante se integrará activamente en el seminario para así poder lograr un mejor aprovechamiento del material.

CONCLUSIONES

En la elaboración de este proyecto se llegó a las siguientes conclusiones:

A nivel de organización:

1. Los padres tendrán una idea más clara de lo que es la organización y su importancia que tiene aplicarla a las actividades familiares.
2. Las familias desarrollarán sus facultades para así poder organizar su tiempo adecuadamente de tal forma que suplan sus necesidades primordiales diarias
3. Se podrá visualizar la planeación de las actividades desde una perspectiva cristiana.
4. Como familia podrán disfrutar de los beneficios que trae organizar la vida dentro y fuera del hogar.

A nivel Programación:

1. Lograrán las familias sentir seguridad de poder lograr una buena programación del tiempo, en base a una sana comunicación entre los miembros.
2. Conocer las ideas y métodos que les permitan hacer el cambio en la programación de las actividades, tomando en cuenta las necesidades físico, mental, espiritual, social y emocional.
3. Las familias podrán decidir adecuadamente el método por medio del cuál desean llevar el control de sus actividades.
4. Al programarse las familias se facilitará la comunicación descubriendo de esa forma las diversas maneras de pensar de cada uno de los integrantes, visualizando de ese modo las expectativas personales en cuánto a la administración del tiempo.

A nivel planeación:

1. Los padres tendrán un manual que le oriente en cuanto a la planeación de actividades a fin de lograr una adecuada administración del tiempo.
2. A nivel familiar podrán conocer las diferentes técnicas de planeación del tiempo que pueden aplicarse a las necesidades del hogar.

3. Los padres lograrán ayudar a sus hijos a descubrir los beneficios que trae planificar las actividades en base a objetivos importantes y no a lo urgentes.
4. Tomar decisiones adecuadas en cuanto a las actividades que abarcan en el planeamiento del programa de actividades familiares, así como a corto y largo plazo .

A nivel evaluación:

1. Facilitará la participación de la familia en la elaboración y evaluación del cronograma de actividades, conociendo por medio de la evaluación los resultados obtenidos en la aplicación del programa.
2. La familia podrá discernir entre las actitudes correctas e incorrectas que se llevaron a cabo durante la semana de aplicación del calendario de actividades familiares.
3. La familia conocerá el avance que tuvieron en la administración del tiempo, al aplicar la evaluación semanal-
4. Se podrán hacer los cambios necesarios de la planeación de actividades, en base al resultado obtenido por medio de la evaluación, permitiendo de esa forma reeplanear el cronograma familiar.

RECOMENDACIONES

Para facilitar el manejo de este proyecto se recomienda lo siguiente:

Instructor.

- Pedir la bendición de Dios para que guie el desarrollo del seminario.
- Es recomendable que el instructor investigue y se prepare sobre el material del seminario, así como analizar cada una de las actividades por realizarse para dar mayor seguridad al instructor y mejor aprovechamiento para los participantes.
- Se recomienda que el instructor que imparta el seminario despierte en los participantes el deseo de superarse en el área de la administración del tiempo familiar.
- A nivel metodológico
- El seminario puede ser aplicable a todo tipo de familias.
- Aplicar el seminario para analizar los resultados obtenidos con la finalidad de hacerle las modificaciones necesarias.
- Ampliar el seminario, involucrando en alguna unidad la participación de toda la familia como un cierre al seminario.
- Poner en práctica el seminario en las iglesias para que las familias puedan beneficiarse.

Participante.

Facilitar al participante un manual donde pueda desarrollar los ejercicios correspondientes a cada segmento con el fin de obtener el mayor beneficio del material impartido.

PRE-TEST

Conteste las siguientes preguntas con un sí o un no de acuerdo a su experiencia.

	Sí	No	a veces
1. ¿Acostumbro a ser organizado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Es frecuente que me desorganice?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Tengo orden en mis actividades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Soy entusiasta para programar mi vida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Están planeadas las actividades familiares?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Por lo general intento hacer muchas cosas al mismo tiempo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Acostumbro a dejar tareas sin terminar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Frecuentemente mi vida carece de objetivos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Organizo mi tiempo sólo para emergencias?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿En mi familia existen problemas de integración?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ¿En el hogar se han delegado responsabilidades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ¿Es comun en mi familia no cumplir con los deberes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ¿Muestro incapacidad para programar el tiempo familiar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ¿Cuándo surgen los conflictos en el hogar no sé como manejarlos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ¿En mi familia no existe suficiente motivación como para el cambio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 16.¿El tipo de delegación familiar es inefectiva?
- 17.¿Frecuentemente prefiero hacer las labores yo mismo?
- 18.¿En mi cónyuge y yo existe suficiente coordinación?
- 19.¿Acostumbramos a llevar un control de actividades?
- 20.¿Reconozco que le he dedicado mayor tiempo al trabajo que al hogar?
- 21.¿En mi familia tenemos metas específica?
- 22.¿Estoy haciendo algo por planear las actividades del hogar?
- 23.¿Alguna vez se ha organizado el cronograma familiar?
- 24.¿Es primordial en mi hogar dedicar tiempo a las necesidades física mental, espiritual, social y emocional?
- 25.¿Creo que la administradión del tiempo es responsabilidad de los padres?
- 26.¿Al pensar en los errores pasados en cuánto a la programación del tiempo, puedo decir con seguridad que he aprendido de ellos?
- 27.¿Puedo ayudar a mi familia a llevar un control de sus actividades?
- 28.¿ Me he reunido con la familia a planear las actividades del hogar?
- 29.¿Mi cónyuge y yo hemos dialogado la necesidad que existe de programar las actividades familiares?
- 30.¿Conozco las diferentes necesidades que se deben

suplir en la familia?

31. ¿Mi familia tiene un horario a seguir durante la semana?

32. ¿En mi familia cada uno de los integrantes tiene diferentes responsabilidades?

NOTA: En las siguientes preguntas ponga la numeración del uno al cinco en orden de importancia según usted considere.

33 ¿Cuál es para mí el orden de importancia de las cinco necesidades básicas de la familia?

Física _____ Mental _____

Espiritual _____ Social _____

Emocional _____

34 ¿Cuál es el orden de importancia para mí de las siguientes actividades?

Iglesia _____ Intereses personales _____

Trabajo _____ Actividades en el hogar _____

Recreación _____ Estudio _____

TEST

Conteste las siguientes preguntas con un sí o un no de acuerdo a su experiencia.

	Sí	No	a veces
1. Trataré de controlar las actividades de mi vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Evitaré ser desorganizado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Ordenaré mis actividades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Pondré entusiasmo en ordenar mi vida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Organizaré las actividades familiares?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Haré las cosas en orden, una por una.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Empezaré una tarea hasta terminarla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Tendré objetivos en mi vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Evitaré organizar mi tiempo solo en emergencias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Resolveré los problemas de integración en mi familia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Delegaré responsabilidades en el hogar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Veré que mi familia cumpla con sus reponsabilidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ¿Pondré toda mi capacidad para programar el el tiempo familiar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Manejaré los conflictos en el hogar de la mejor manera.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Motivaré a mi familia para el cambio de administración del tiempo.
16. Delegaré correcta y equitativamente las responsabilidades a mi familia.
17. Evitaré hacer todas las cosas yo mismo.
18. Dialogaré con mi cónyuge para que exista suficiente coordinación en las actividades del hogar.
19. Llevaré un control de actividades familiares.
20. Dedicaré el tiempo necesario al cuidado de mi hogar.
21. ¿Tendremos metas específicas en mi familia?
22. ¿Planearé adecuadamente las actividades del hogar?
23. ¿Organizaré el cronograma familiar?
24. ¿En mi hogar dedicaremos tiempo a las necesidades físicas, mental, espiritual, social y emocional?
25. Administrar el tiempo familiar es parte de mi responsabilidad.
26. Aprenderé de los errores pasados en cuanto a la programación del tiempo.
27. ¿Apoyaré a mi familia a llevar un control de sus actividades?
28. ¿Tendré una reunión con la familia para planear las actividades del hogar?
29. ¿Mi cónyuge y yo dialogaremos para ver la necesidad que existe de programar las actividades familiares?
30. ¿Estaré pendiente de suplir las necesidades en la familia?
31. ¿En mi familia habrá un horario a seguir durante la semana?

32. Cada uno de los integrantes de mi familia tendrá sus propias
responsabilidades.

NOTA: En las siguientes preguntas ponga la numeración del uno al cinco en orden de importancia según usted considere.

33. ¿Cuál es para mí el orden de importancia de las cinco necesidades básicas de la familia?

Física _____ Mental _____

Espiritual _____ Social _____

Emocional _____

34. ¿Cuál es el orden de importancia para mí de las siguientes actividades?

Iglesia _____ Intereses personales _____

Trabajo _____ Actividades en el hogar _____

Recreación _____ Estudio _____

BIBLIOGRAFIA

1. Athié, Thalía. Manual para los hijos que quieren contribuir a la educación de los padres. México: Editorial Trillas, 1991.
2. Arroyo, Jesús. 25 lecciones sobre convivencia matrimonial. España: Editorial Terrae, 1986.
3. Correa, Guillem. La familia según Dios. España: Editorial Clie, 1991.
4. Chajj, Enrique. Dicha y armonía en el hogar. Argentina: Editorial Sudamericana, 1978.
5. Christerson, Larry. La pareja cristiana. Puerto Rico: Editorial Betania, 1977.
6. Collins, V. Sergio. La salud emocional de la familia. México: Publicaciones interamericanas, 1980.
7. Carl Waller. 900 actividades para realizar con sus hijos. Colombia: Editorial Norma, 1989.
8. Dominguez, Eyssauter. Planeación de vida y trabajo. México: Editorial El manual moderno, 1989.
9. Engstrom, Ted. Cómo aprovechar el tiempo. Miami: Editorial vida, 1989.
10. Gordon, D.S. Consejos prácticos sobre el hogar. España: Talleres gráficos.
11. Golf, Guillermo. El matrimonio y la familia en la vida cristiana. Estados Unidos: Casa bautista de publicaciones, 1990.
12. Goudsmith, Samuel. El tiempo. México: 1969.
13. Harol Kontz. Elementos de la administración. México: Editorial gráficos, 1981.
14. Hicks, Herbert. Administración. México: Compañía Editorial continental, 1987..
15. Hawley, Don. Disfrute más de la vida. México: Publicaciones Interamericanas, 1984.
16. Isaac, David. Reunión familiar. Barcelona: Editorial Ferth, 1978.
17. Lucile, H. Jones. Ocho recursos para vivir. México: Asociación publicadora, 1989..
18. Lon Beardsley. Cómo transformar su vida familiar en una historia de amor. España: Talleres Gráficos, 1981.
19. Morrisey, Goer. Administración por objetivos y resultados. México: Fondo educativo, 1976.
20. Mc Cay, James. La administración del tiempo. México: Editorial Diana, 1979.
21. Nothstine, William. Cómo influir en los demás. México: Editorial Iberoamericana, 1992.
22. Otero, Oliveros. Hacer familia hoy. España: Ediciones palabra, 1988.
23. Prolargo, Miguel. Cómo ayudar al esposo para que progrese. Buenos Aires: Editorial Sudamericana, 1981.

24. Russel, Ackoff. Planificación de la empresa del futuro. México: Editorial de Limusa, 1992.
25. Ranes, I. Cómo mejorar la comunicación empresarial. México: Editorial Diana, 1985.
26. Scolt, Cynthia. Cómo dirigir el cambio en la organización. México: Grupo Editorial Iberoamericana, 1993.
27. Schein, Edgar. Psicología de la organización. Madrid: Ediciones del Castillo, 1975.
28. Taylor, Guillermo. La familia autenticamente cristiana. Estados Unidos: Editorial Portavoz, 1995.
29. Kevin,, Howse. Dicha familiar. México: Asociación Publicadora, 1991.
30. White, Elena. El hogar Cristiano. California: Publicaciones Interamericanas.
31. White, Elena. Consejos sobre el régimen alimenticio. California: Publicaciones Interamericanas, 1975.
32. White, Elena. La temperancia. California: Publicaciones Interamericanas, 1976.
33. White, Elena. La educación. Buenos Aires: Publicaciones Interamericanas.
34. White, Elena. La educación Cristiana. California: Publicaciones Interamericanas, 1975.
35. White, Elena. Mensajes para los jóvenes. California: Publicaciones Interamericanas, 1967.
36. White, Elena. Consejos sobre mayordomía Cristiana. California: Publicaciones interamericanas, 1979.
37. White, Elena. Conducción del niño. California: Publicaciones Interamericanas, 1974.