

# Trabajando Juntos

¿Si usted solo tuviera que mover un escritorio pesado de un cuarto a otro? Posiblemente no pueda. Puede probar y dar toda su energía. ¡Pero terminara sintiéndose que no hizo nada!

¿Ahora, que tal que otros le ayuden? Cada persona toma un lado, y lo hacen juntos, usted puede mover el escritorio más fácilmente. Todos se sienten bien de haber terminado más rápido. ¡El grupo podría hasta decidir celebrar por un trabajo bien hecho!

Pensando en las tareas de su familia, pregúntese: ¿Su equipo de limpieza es de una persona? ¿Siente como si usted hiciera todo? ¿Manda y regaña a la familia pero sin resultado? ¿Sí la familia pudiera trabajar unida para hacer todo más rápido?

Las siguientes ideas le ayudaran a su familia a trabajar unidos y hacer las tareas y trabajos de la casa. Si los miembros de su familia ya traban juntos, puede tomar nuevas ideas.

## ¿Cómo podemos trabajar juntos?

### **1. Hable con su familia en otro tiempo no cuando el problema este ocurriendo. Haga una junta familiar.**

¿Si habla con la familia mientras el problema ocurre? Probablemente se molesten. Por ejemplo, suponga que le enoja el que sus niños no levanten su ropa. Si discute con ellos cuando entra al cuarto y ve que hay ropa tirada en todo el piso, probablemente será contraproducente.

Si levanta la voz, tal vez sus hijos respondan, “¡Tu siempre nos gritas!” “¡Este es nuestro cuarto!” Un plan diferente seria pedir hablar de este problema a otra hora. Puede decir, “Tengo un problema con el cual necesito que me ayuden. ¿Podemos tener una junta para hablar de esto a las 3:00 de la tarde en la sala?”

**2. En la junta de familia, involucre a todos (incluyendo a los niños) quienes son parte del problema para resolverlo.**

Pida a sus familiares reunirse para hablar del problema. Los niños aprenderán que ellos también son parte de la familia y por lo tanto sus ideas son importantes.

Llegue al lugar y a la hora destinada. Al principio, tendrá que recordarles que es hora de reunirse. “¿Recuerdas cuando pase por tu cuarto esta mañana? Acordamos en reunirnos esta tarde. Conforme haga mas juntas, estas se Irán haciendo rutina para la familia.

En sus juntas, mencione el problema. Pida la opinión de cada uno. Después decida que se hará como y cuando. Por ejemplo:

Padres: “Me enoja mucho que dejen su ropa tirada por todo el cuarto. No me gusta gritar y que todos estemos enojados. “

Niños: “No nos gusta que nos grites.”

Padres: “¿Como podremos trabajar juntos?”

Niños: “Vamos a levantar la ropa en la mañana, después de levantarnos.”

Dé tiempo a los niños para que tengan ideas de cómo resolver el problema. Si no pueden pensar en nada ofrezca dos opciones con las que pueda sobresalir.

Padres: “¿Quieren que ponga el reloj automático por 10 minutos todas las tardes, para que levanten su ropa? O, sin decirles nada en la tarde, ¿levantaran la ropa después de la comida? Si no la han levantado, entonces les recordare una vez”

**Nota:**

Deje que los miembros de familia elijan el trabajo que van a hacer. Usted tendrá que designar algunos trabajos que nadie quiera hacer. No divida los trabajos en tareas de hombre y mujer. Todos necesitan aprender diferentes tareas. De vez en cuando cambie los quehaceres, especialmente esos que nadie quiere hacer.

**3. Haga y use fotos o cosas para recordarles de su plan.**

Un Nuevo plan para los trabajos y tareas porque puede ser difícil de recordar. En sus juntas, decida de que manera van a acordarse de hacer sus tareas. ¿Deberá recordarles otra persona? ¿Puede haber un reloj automático o un pizarrón para ayudar? (vea “Horario Semanal” por ejemplo.)

Si los niños deciden usar el reloj para levantar su ropa, pueden ver cuanto tiempo les queda y esperar que la alarma se apague. Sí deciden levantarla después de la comida. Pueden colgar fotografías de revista de ropa y alguien comiendo en su cuarto para recordarles.

**4. Muestre lo que tienen que hacer. Después déles tiempo para practicar y cambiar.**

No espere que los niños sean perfectos. Los padres podemos hacer los trabajos fácil y rápido. Cuando se trata de niños, no son gran ayuda cuando se trata de enseñarlos. Recuerde puede ser fácil para nosotros pero no para ellos. Podríamos haber hecho la tarea “miles de veces,” pero para ellos es algo nuevo. Ellos necesitan ayuda y dirección.

Los nuevos hábitos son algo difícil para aprender. La gente no cambia de la noche a la mañana. Imaginemos que tiene cocinera, jardinero, lavandera, y chofer. Supongamos que nos los quitan. Podemos sentirnos enojados y fastidiados porque tenemos que hacer todo. También puede ser que no sepamos hacer todas los trabajos.

**5. Pruebe el plan de hora definida. Reúnanse y evalúen el plan. Decidan si es bueno.**

Prueben por una semana. Si los niños elijen levantar la ropa en la mañana, déjelos solos. Vuelvan a reunirse otra vez y vea como van las cosas. Puede ser que sea difícil hacer las cosas en la mañana, y la ropa siga tirada.

En la próxima junta, hable de la semana pasada trate de encontrar maneras de resolver el problema. Tome en cuenta la opinión de todos.

Padres: “Sigo disgustado porque nos ocupamos demasiado en las mañanas y no les queda tiempo para levantar su ropa. Yo creo que necesitamos otra cosa.” Puede preguntar si los niños tienen ideas o déles ideas usted.

Como familia, decidan un nuevo plan, y prueben por otra semana. Hagan otra junta para evaluar el nuevo plan.

**6. Decida las consecuencias, y siga sus decisiones.**

Asegúrese seguir con cualquier plan que decidan como familia. Pónganse de acuerdo en el tiempo que debe tomar ciertas tareas—antes del desayuno, después de la escuela, los sábados. Ponga un tiempo límite, y decida como familia que puede pasar si las tareas no se terminan. Los niños también tienen la palabra en cuanto a cuando y que tiempo les lleve hacer sus tareas.

Los niños necesitan aprender lo positivo y negativo de las consecuencias de lo que hacen. ¿Cuales son los buenos o malos resultados de hacer o no hacer las tareas? Los valores y metas de su familia le ayudaran a decidir que serán las consecuencias.

Algunos padres piensan que deben pagar o premiar a los niños por hacer tareas domesticas. Otros padres sienten que no deben pagarles porque tienen el deber de ayudar, cooperar, y aprender a ser responsables. Así otros piensan que no todas las tareas son para disfrutar, pero necesitan hacerse porque beneficia a todos (como la limpieza de la casa).

Aquí hay unos ejemplos de poner consecuencias: “si no limpias en 45 minutos después de comer, no vas a ver la TV en la noche.”

## **7. ¡Celebre y diviértase!**

Asegúrese que toda la familia tenga tiempo de disfrutar sus propios intereses. Usted necesita tiempo para si misma, como los niños también. Es por eso que las familias necesitan compartir los quehaceres. Trabajando juntos nos deja tiempo para actividades familiares y que ellos logren sus metas.

¡Celebre lo que hace! Puede hacer un día de campo en el jardín o juntos trabajar en un rompecabezas. Puede dar un paseo en el bosque o ver una película. Decida que harán como familia, y ¡disfrute!

## Ideas Para Hacer El Trabajo Más Fácil

### **Tareas en Sobres**

Mantenga una bolsa en la cubierta de la cocina, y llénela con hojas de papel que lleven un quehacer escrito en cada hoja. Que cada persona saque una hoja del sobre y haga las tareas que están escritas. O, que el fin de semana cada quien saque tres hojas y las termine al final del día. También puede escribir trabajos tontos. Por ejemplo: “Cantar su melodía favorita” o “Salir afuera y oler las flores.”

### **Tareas en Sobres**

Ponga la fotografía de cada uno en sobres. Y ponga una hoja con la tarea escrita en cada sobre. Cada miembro de familia encontrara su tarea. Los sobres trabajan bien si su hijastro(a) vienen y se van a diferentes horas. Todos los niños se sentirán parte de la familia. Y ellos tendrán un lugar donde encontrar sus tareas mientras están con usted.

### **Compartiendo las Compras**

Durante la junta de familia, deje que cada persona elija una comida para la próxima semana. Haga una lista de los ingredientes que necesita. En la tienda, divida la lista. Y deje que cada uno compre lo que esta en su lista y encuéntrense en la caja para pagar.

Reparta la lista, y vea si todos pudieron encontrar todo en 15 minutos.

También los niños pequeños pueden ayudar a encontrar los artículos en la tienda. Corte etiquetas y fotografías en casa. Déles a los niños una etiqueta y la tarea de encontrar los artículos en los anaqueles.

## **Haga del trabajo un juego**

Si la ropa esta en el suelo, haga un juego para que los niños la recojan. Ponga una canasta en el centro del piso. Haga que los niños “tiren” la ropa en la canasta por “dos puntos.”

## **Agregue Humor**

El humor hace que el trabajo se haga más rápido. La gente se lleva mejor y trabaja mas duro cuando pueden reír y trabajar al mismo tiempo. Una idea es cantar cuando se hacen los quehaceres de la casa. Con los niños, forme una línea de la mesa al fregadero de trastes para levantar los platos. Pase los platos y cante canciones.

## **Ponga un plan de trabajo**

Como familia, haga una lista de las tareas que se deben de hacer dentro y fuera de la casa. Dígales exactamente que es lo que se debe hacer (por ejemplo: cortar el pasto, arrancar la yerba, lavar los trastes, barrer la cocina). Decida cuales quehaceres se deben de hacer diario, semanal, mensual, o anual. ¿Hay algunas tareas que se hayan hecho mas seguido de lo necesario? Si es así, decida como se debe de hacer en el futuro. (Por ejemplo, vea la lista de las “Tareas Domesticas”).

## Recordatorio Semanal para la Semana de Octubre 05

| <b>Lista para hacer</b>                   | <b>Juntas y Actividades</b>                    | <b>Planear los Alimentos</b>                        | <b>Compras</b>                 |
|---|--|---|--------------------------------|
| Llevar la ropa a la tintorería --<br>Mama | Oct. 5<br>10:00 a.m.<br>Mama en la escuela     | Jueves—chuletas de puerco<br>Mama empieza           | Leche en barata<br>Pan<br>sopa |
| Sacudir esta semana -- Maria              | Oct. 8<br>4:00 p.m.<br>Papa al dentista        | Viernes—Tacos<br>Tomas empieza                      | servilletas<br>detergente      |
| Hacer la cama --<br>Tomas                 | Miércoles 6:00p.m.<br>María practica del coro. | Sábado a.m.—<br>María sacar el pollo del congelador |                                |

### 1. Lista para Hacer-

- Lista de quehaceres y tareas sin rutina. Decir quien las va hacer.
- Anotar cambios en las tareas (cuando alguien diferente las va a hacer).
- Recuérdeles si alguien sigue olvidando la rutina.

### 2. Juntas y Actividades

- Haga una lista de todas las juntas y actividades de todos.
- Escriba todas las citas del doctor y dentista.
- Deje que todos agreguen sus actividades.

### 3. Planear los Alimentos

- Escriba el alimento planeado.
- Escriba quien va a empezar a prepararlo.
- Escriba otros recordatorios (por ejemplo: sacar la comida del congelador comprar ciertos ingredientes).

### 4. Compras

- Marque las ofertas especiales y en donde están.
- Manténgase al tanto de las cosas que usted necesita y usa todo el tiempo.

## Tareas Domesticas

| Tareas                                  | Quien | Que tan seguido | Tiempo |
|---|-------|-----------------|--------|
| <b>Cocina y Comedor</b>                 |       |                 |        |
| Preparar la cena                        |       |                 |        |
| Poner la mesa                           |       |                 |        |
| Limpiar la mesa                         |       |                 |        |
| Lavar los trastes                       |       |                 |        |
| Llenar la lavaplatos                    |       |                 |        |
| Secar y acomodarlos                     |       |                 |        |
| Limpiar la mesa                         |       |                 |        |
| Limpiar las cubiertas                   |       |                 |        |
| Limpiar los muebles de cocina           |       |                 |        |
| Barrer                                  |       |                 |        |
| Trapear                                 |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
| <b>Sala y Cuarto Familiar</b>           |       |                 |        |
| Recoger las cosas personales            |       |                 |        |
| Limpiar las mesas                       |       |                 |        |
| Reciclar el periódico y revistas viejas |       |                 |        |
| Sacudir                                 |       |                 |        |
| Aspirar                                 |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
| <b>Baños</b>                            |       |                 |        |
| Tallar la tina                          |       |                 |        |
| Tallar el lavabo y las cubiertas        |       |                 |        |
| Lavar la taza de baño                   |       |                 |        |
| Lavar los pisos                         |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
|   |       |                 |        |
|   |       |                 |        |

| <b>Tarea</b>                       | <b>Quien</b> | <b>Que tan seguido</b> | <b>Tiempo</b> |
|------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|
| <b>Lavar</b>                       |              |                        |               |
| Escoger la ropa                    |              |                        |               |
| Lavarla                            |              |                        |               |
| Secarla                            |              |                        |               |
| Doblarla                           |              |                        |               |
| Plancharla                         |              |                        |               |
| Guardarla                          |              |                        |               |
|                                    |              |                        |               |
|                                    |              |                        |               |
| <b>Otros</b>                       |              |                        |               |
| Lavar ventanas                     |              |                        |               |
| Limpiar la cochera                 |              |                        |               |
| Sacar la basura                    |              |                        |               |
| Pagar las cuentas                  |              |                        |               |
| Hacer los impuestos                |              |                        |               |
| Planear eventos divertidos         |              |                        |               |
| Escoger regalos                    |              |                        |               |
| Cambiar pañales                    |              |                        |               |
| Bañar a los niños                  |              |                        |               |
|                                    |              |                        |               |
|                                    |              |                        |               |
| <b>Trabajos de afuera</b>          |              |                        |               |
| Lavar el carro                     |              |                        |               |
| Barrer la banqueta y el (driveway) |              |                        |               |
| Arrancar la yerba                  |              |                        |               |
| Regar las plantas y árboles        |              |                        |               |
| Regar el pasto                     |              |                        |               |
| Cortar el pasto                    |              |                        |               |
| Podar árboles                      |              |                        |               |
| Jalar las hojas                    |              |                        |               |
| Pintar la casa y la cerca          |              |                        |               |

## Recursos

Lott, Lynn, and Intner, Riki. *The Family That Works Together...Turning Family Chores from Drudgery to Fun*. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1995.

ParentLink Connection Center Library  
1-800-552-8522

## Referencias

Lott, Lynn, and Intner, Riki. *The Family That Works Together...Turning Family Chores from Drudgery to Fun*. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1995.

McGarvey, Suzanne, and Clark, Jan. *Family Councils: The Key is Communication* (GH6641). University of Missouri-Columbia: University Extension 1-800-292-0969, 1997.

*Trabajando Juntos fue Adaptado por The Death of Supermom or We All Live in this Mess Together* Guidesheet (EP249), written by Gail R. Carlson, Ph.D., Child and Family Development Specialist. Adapted with permission by Lucy Schrader, Building Strong Families Program Coordinator, University Outreach and Extension, University of Missouri-Columbia. It was adapted further by Gail Rice, Literacy Specialist and Consultant.