

Introducción a los materiales de Family Connections

Durante los últimos cinco años, nosotros, el equipo de Family Connections y nuestros asociados en la comunidad, hemos trabajado juntos para desarrollar un enfoque que fortalezca la capacidad del personal de Early Head Start y Head Start para responder a la depresión parental y las adversidades relacionadas. Nuestro trabajo con los programas de Early Head Start y Head Start nos ha permitido reconocer tres premisas clave que han sentado las bases para todos nuestros esfuerzos:



- ▶ Las familias y el personal de Early Head Start y Head Start se encuentran a menudo en situaciones crónicamente adversas, como pobreza, exposición a la violencia y aislamiento social.
- ▶ La depresión es una respuesta común a tales adversidades.
- ▶ Estas adversidades y la depresión afectan la capacidad de los padres y del personal para relacionarse eficazmente con otros adultos, con sus niños o con los niños bajo su cuidado, y con la comunidad de Early Head Start y Head Start.

Desde el principio, el objetivo de Family Connections fue desarrollar enfoques de capacitación y estrategias de consulta que pudieran ponerse a la disposición de todos los centros de Early Head Start y Head Start. Para lograrlo, nuestro primer objetivo fue desarrollar el enfoque y luego ponerlo a prueba en varios programas de Early Head Start y Head Start de Boston y su periferia durante varios años. En esas asociaciones, ofrecimos sesiones de capacitación, consultas sobre salud mental, observaciones, intervenciones en el aula y supervisión continua a los consultores de salud mental que colaboraron con nosotros para poner en práctica el programa. Los resultados de esas experiencias están plasmados aquí, en los materiales de Family Connections. Estos materiales incluyen información sobre la depresión y las adversidades relacionadas; talleres integrales; estrategias para trabajar eficazmente con los niños, las familias y el resto del personal; y una guía para evaluar la preparación de un programa para aprovechar al máximo este recurso.

¿Por qué es la depresión un tema relevante para Early Head Start y Head Start?

Los miembros de la comunidad de Early Head Start y Head Start comprenden que participar en uno de estos dos programas federales significa trabajar con padres. La participación parental en Head Start se ha relacionado con resultados positivos para los niños en muchos aspectos, como mejor alfabetización temprana, conducta social más positiva y menos problemas generales de comportamiento (FACES, 2000). Aunque llegar a los padres es fundamental para el profesional de Early Head Start y Head Start, lograr la participación parental puede ser un difícil, aun en las circunstancias más favorables. Un posible reto es la **depresión parental**, porque los efectos aislantes de la depresión pueden impedir que una persona tenga acceso a recursos que podrían aliviar su sufrimiento. La investigación reciente y la discusión pública han atraído nueva atención a la depresión adulta, sus factores de riesgo y los éxitos en su tratamiento. Un estudio reciente encontró que el 48% de las madres de Early Head Start sufría de depresión (ACF, 2002), y esto ha aumentado la conciencia de la importancia del tema para la comunidad de Early Head Start.

El **propósito** de informar al personal de Early Head Start y Head Start sobre la depresión y las estrategias para responder a las necesidades de las familias que afrontan adversidades es reforzar sus conocimientos sobre cómo comprometer efectivamente a los padres. El **objetivo** es aumentar su capacidad para llegar a los padres deprimidos de la comunidad de Early Head Start y Head Start para que el personal y las familias puedan beneficiarse de los muchos recursos que estos programas ofrecen.

¿Cómo ayudan estos materiales a desarrollar nuestra capacidad de conectar con todos los padres?

La capacitación de Family Connections ofrece talleres para reforzar los conocimientos del personal de Head Start sobre los signos y síntomas de la depresión, el desarrollo socio-emocional saludable y la importancia de autocuidado y la reflexión. Hemos encontrado que la combinación de estos temas establece bases sólidas para comprender los efectos de la depresión y la importancia de promover la resiliencia en nosotros y en los demás, y para desarrollar estrategias que permitan conectar con las familias que afrontan los factores de riesgo y la experiencia de la depresión.

Los materiales también buscan desarrollar las habilidades del personal de Head Start presentando estrategias y oportunidades de aprendizaje que promuevan:

- La reflexión y tomar perspectiva como técnicas profesionales.
- Relaciones positivas con todos los padres para llegar a

aquéllos afectados por la depresión.

- Vínculos positivos con los niños como base para promover su desarrollo socio-emocional y relaciones positivas con los padres. Los hijos de padres deprimidos corren más riesgo de tener problemas de lenguaje y cognitivos, inseguridad en sus relaciones, dificultad para regular sus emociones, ineptitud social y problemas de conducta.
- La eficacia en la divulgación activa de información y las prácticas de comunicación.
- La comprensión del papel crítico que cada empleado de Head Start juega en el establecimiento de conexiones eficaces con los padres.

Al considerar encaminarse en esta dirección, lo(a) animamos a buscar el apoyo de un consultor de salud mental que conozca su programa. Esta relación le dará apoyo durante muchos aspectos de esta nueva iniciativa —por ejemplo, al evaluar las necesidades de un cliente o al planificar intervenciones específicas— y le ayudará a comprender las necesidades de capacitación del personal. Según hemos visto en nuestros programas de prueba, los consultores en salud mental son asociados clave del programa de Head Start cuando se adopta el enfoque de Family Connections.

¿Por qué es importante apoyar al personal de Early Head Start y Head Start?

Nuestra meta es desarrollar la capacidad de cada programa, para que los profesionales puedan responder a los retos de relacionarse eficazmente con todas las familias que procuran atender.

Trabajar con niños pequeños y sus familias es un trabajo muy exigente. Los profesionales que trabajan en centros de cuidado infantil con familias que afrontan pobreza, violencia en su comunidad, recortes presupuestarios y escasez de vivienda asequible, corren riesgo de padecer un grado importante de tensión y agotamiento. Nuestro enfoque reconoce abiertamente esta tensión y, por lo tanto, establece como prioridad la promoción de la salud mental y el apoyo emocional del personal.

También comprendemos que una característica única de la cultura de Head Start es que muchos profesionales fueron en su momento ellos mismos padres de Head Start. Es decir, **el personal de Head Start puede sentir los efectos de la tensión tanto por sus propias experiencias en la comunidad como en su papel de profesionales que tratan de apoyar a otros miembros de esa comunidad.** Es precisamente por esta característica única de Head Start que la meta de conectarse con los padres y darles apoyo se entrelaza con la meta de apoyar al personal.

¿De qué modo afecta el apoyo al personal al trabajo de éste con los padres?

Es fundamental ofrecer buena información sobre la depresión y la resiliencia, y apoyar a los padres que afrontan la depresión y adversidades relacionadas. Pero es importante tener en cuenta que la información sola no lleva automáticamente a cambios de conducta o habilidades.

Para cambiar las habilidades y conductas profesionales, se debe establecer una conexión personal significativa con el conocimiento factual. El contenido y la progresión de las sesiones de capacitación de Family Connections para el personal y los padres se enfocan no sólo en información importante y habilidades concretas, sino también en el significado personal de estos temas para los participantes. Como reflejo de la filosofía de que el significado es el vínculo esencial entre el pensamiento y la acción (Selman, 1997), toda la instrucción busca animar el esclarecimiento de ese significado personal de las siguientes maneras:

- Relacionando los temas con los conocimientos prácticos que el personal o los padres han identificado como pertinentes.
- Presentándoles al personal y a los padres ejercicios que los animan a relacionar los temas de la instrucción con situaciones

de la vida real que ellos encuentran en el trabajo y el hogar.

- Incorporando la autoreflexión y la técnica de tomar perspectiva a las experiencias de capacitación como herramientas importantes para el crecimiento personal y profesional continuo.
- Impulsando a los supervisores y líderes de los talleres a que busquen otras maneras de lograr esta conexión. Por ejemplo, la observación en el aula puede dar oportunidades para mostrar las nuevas habilidades de interacción con el niño descritas en la capacitación.
- Alentando el énfasis en el autocuidado y el apoyo continuo a la salud mental del personal de Early Head Start y Head Start.

Se anima al personal a reflexionar sobre sus propios valores, expectativas y actitudes con respecto a la crianza de hijos, la salud mental y la depresión, a fin de que consideren la forma en que sus opiniones afectan su capacidad para desarrollar una relación de apoyo con las familias que atienden. El énfasis en el autocuidado ha dado la oportunidad de reconocer la incidencia de la depresión entre el personal de Early Head Start y Head Start, así como la manera ésta puede ser un factor limitante de su potencial y de su capacidad para cumplir sus responsabilidades.

Descripción de los materiales de Family Connections

Los materiales de Family Connections presentan al personal información y oportunidades de aprendizaje, y describen las maneras decisivas en que los programas pueden comprender y responder más eficazmente a las necesidades de los niños y las familias. Estos recursos están destinados a promover las técnicas profesionales de *autorreflexión*, *autocuidado* y *tomar perspectiva*.

Serie de artículos cortos

El objetivo de los artículos cortos es compartir información sobre temas fundamentales para comprender la depresión, la resiliencia y las mejores prácticas para conectar con padres que afrontan adversidades. La intención es que sirvan como materiales independientes para los padres y el personal, y también que se usen en talleres y grupos para padres. La siguiente lista incluye el título y una descripción breve del contenido de cada artículo.

Artículos cortos para el personal:

Retos y beneficios de establecer vínculos con los padres

Comenta estrategias para llegar en forma efectiva a los padres.

Crianza de los hijos, depresión y esperanza: Cómo llegar a familias que enfrentan una adversidad

Explica los signos de la depresión y estrategias para llegar a padres que están lidiando con depresión.

Promoción de la resiliencia en familias que enfrentan la depresión: Maneras prácticas en que el personal de Head Start puede ayudar a las familias a desarrollar su capacidad para afrontar la adversidad

Explica qué es la resiliencia y por qué fomentar la resiliencia en las familias es una manera importante de promover la salud mental.

La depresión en el marco de diferentes culturas

Trata entre otros temas las respuestas variadas a los problemas de salud mental, como la depresión en diferentes culturas, y la importancia de la sensibilidad cultural en el trabajo de salud mental.

La autorreflexión y la reflexión compartida como herramientas profesionales

Aborda entre otros temas los beneficios de la autorreflexión y la reflexión conjunta como herramientas que pueden mejorar la comunicación y la provisión de servicios.

Mejor comunicación con los niños: Cómo responder a temas difíciles

Comenta estrategias para responder eficazmente a los niños y a los temas difíciles que pueden plantearle al personal de Head Start.

Mejor comunicación con los padres: ¿Qué digo cuando un padre me dice algo difícil?

Explica estrategias para responder eficazmente a los padres y a los temas difíciles que pueden plantearle al personal de Head Start.

Cómo promover un ambiente expresivo: La comunicación de apoyo desde dentro hacia fuera

Trata entre otros temas los beneficios de tener un programa con un ambiente expresivo y las estrategias para apoyar tal clima en el programa.

La supervisión de apoyo: Cómo promover el crecimiento de las familias y el personal mediante relaciones positivas

Explica entre otros temas los beneficios para la supervisión de adoptar un enfoque relacional que incluya estrategias para tanto el supervisor como para la persona supervisada a fin de que su relación profesional prospere.

Artículos cortos para padres:

La crianza de los hijos en épocas difíciles: Cómo enfrentar la depresión

Explica entre otros temas los signos de la depresión y estrategias para hacerle frente.

La capacidad para sobrellevar dificultades: Cómo desarrollar resiliencia en usted y su niño

Incluye una explicación de qué es la resiliencia y por qué promoverla en uno mismo y en los niños pueden favorecer la buena salud mental.

Autorreflexión en la crianza de hijos: Ayuda para salir adelante en los momentos difíciles

Trata entre otros temas los beneficios de usar la autorreflexión como padre, especialmente durante los momentos difíciles, así como estrategias para practicar esta técnica.

Guía de preparación de Family Connections

Esta guía presenta información y procesos para valorar el nivel de preparación de un programa para hacer el tipo de trabajo necesario para llegar a familias que enfrentan una adversidad. En lugar de juzgar si un programa está preparado o no, esta guía ofrece un método para la autorreflexión cuyo fin es sugerir posibles niveles de preparación, y luego recomienda los materiales de Family Connections más adecuados según el nivel.

Lecciones aprendidas

Este documento comenta las lecciones aprendidas al trasladar el modelo de Family Connections de su lugar piloto original a otros programas de Head Start y Early Head Start. Pone énfasis en los temas importantes que deben considerarse al iniciar el proceso de cambio en el personal, y considera el compromiso requerido cuando un programa asume el reto de llegar más eficazmente a las familias.

Módulos de capacitación

Esta sección incluye un amplio grupo de materiales de instrucción, organizados en módulos, con consejos para guiar a la persona designada como líder del taller. Cada módulo contiene instrucciones para presentar los talleres específicos en cada grupo, los materiales necesarios para los mismos, y cuestionarios para recoger las opiniones de los participantes sobre cada taller. Los módulos son cuatro:

Módulo I:

Beneficios y desafíos de conectar con los padres
Poner las cosas en perspectiva
¿Qué es la depresión? 1

Módulo II:

El ambiente del programa y usted
Acentuar lo positivo
¿Qué es la depresión? 2

Módulo III:

Cómo apoyar el crecimiento socio-emocional
Estrategias para hablar con los niños sobre temas difíciles
Cómo usar la lectura y el tiempo de reunión en círculo para promover un ambiente expresivo

Módulo IV:

Mejor comunicación
Cómo desarrollar recursos y un proceso de derivación
Cómo aprovechar al máximo las visitas al hogar

Para concluir, nos gustaría recalcar la importancia de hacer una evaluación cuidadosa de la preparación de un programa interesado en aprovechar al máximo estos materiales, la disponibilidad de consultas de salud mental al usar estos materiales, y la capacitación y el apoyo continuos de quienes pondrán el programa en práctica. Al mismo tiempo, comprendemos que cada programa usará estos materiales en formas diferentes, y esperamos que sean útiles para los programas, el personal, las familias y los niños, para afrontar las adversidades que afectan a muchas familias con niños pequeños.

Referencias

Administration for Children and Families. (2002). Making a difference in the lives of children and families: The impacts of Early Head Start programs on infants and toddlers and their families. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services.

United States Department of Health and Human Services. Administration for Children and Families (ACF). Office of Planning, Research, and Evaluation (OPRE). Head Start Family and Child Experiences Survey (FACES): 2000 Cohort [United States][Computer file]. ICPSR04149-v2. Ann Arbor, MI: Inter-university Consortium for Political and Social Research [distributor], 2008-09-10. doi:10.3886/ICPSR04149

Selman, R.L. Watts, C.L., and Schultz, L.H. (Eds.) (1997). Fostering Friendship: Pair therapy for treatment and prevention. Aldine DeGruyter/Transaction Press.

Additional Resources

Beardslee, William. *When a Parent is Depressed: How to Protect Your Children from the Effects of Depression in the Family*. Boston: Little, Brown, and Company, 2003. Originally published in hardcover under the title *When a Parent is Depressed: Protecting the Children and Strengthening the Family*. Boston: Little, Brown, and Company, 2002.

Knitzer, Jane, Suzanne Theberge, and Kay Johnson. "Reducing Maternal Depression and Its Impact on Young Children: Toward a Responsive Early Childhood Policy Framework." *Project Thrive Issue Brief No. 2*. New York: Columbia University, National Center for Children in Poverty, 2008.

Center on the Developing Child at Harvard University. "Advancing the Scientific Foundations of Health, Learning, and Community Well-Being." <http://www.developingchild.harvard.edu>.

Reconocimiento:

Los materiales de Family Connections fueron desarrollados por el proyecto Family Connections de Children's Hospital Boston, con un subsidio del Proyecto de Innovación y Mejora (Innovation and Improvement Project) de la Oficina de Head Start, Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services, y colaboraciones a nivel local con ABCD. Los autores principales son Mary Watson Avery, William R. Beardslee, Catherine C. Ayoub y Caroline L. Watts. Copyright Children's Hospital Boston, noviembre de 2008. Otros autores y editores que han contribuido son: los consultores de Family Connections, Kristin Stephenson, Melissa Ryan, Emily Callejas, Alissa Coggins, Andie Hernandez, Linda Howes, Kim Knowlton-Young y Kristen Shealy; el personal y el profesorado de Brazelton Touchpoints, John Hornstein, Elisa Vele-Tabaddor y Lisa Desrocher; el personal de ABCD, Barbara Jacobs, Carolyn Boehne y Joyce Tanner; el personal clínico, Nadja Reilly, Juan Sosa y Ane Martinez Lora; y los miembros del equipo de evaluación editorial, Kelly O'Carroll, Maureen Brinkworth, Jennifer DiBara y Susanna Andrew. También ofrecieron consejos y asesoramiento Amy Hunter, de Zero to Three, y Jim O'Brien, de la Oficina de Head Start.

