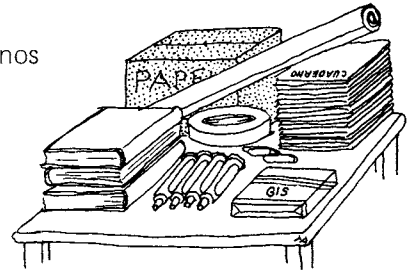


Para Empezar Bien

ESTE PREPARADO, AUN CUANDO NO LO ESTE

Los primeros días de un curso de entrenamiento muchas veces son los más difíciles, especialmente si los instructores no tienen mucha experiencia. Es importante **tener listo lo más posible de antemano**, incluso:

- arreglos para alojamiento y comidas de los alumnos
- lugar de estudio con buena luz y donde sentarse
- pizarrón y gis (blanco y de colores)
- bastantes cartulinas u hojas grandes de papel
- crayones, lápices y marcadores
- cuadernos y textos para los alumnos
- herramientas o artículos para hacer materiales educativos, para trabajo en agricultura o construcción y para cualesquier otras actividades que se planifiquen con los alumnos al principio del curso
- horario y planes de clase cuando menos para los primeros días (vea la página 85).



Los alumnos pueden ayudar a preparar las cosas

A veces no todos los materiales y muebles están listos para cuando empieza el curso, o quizás los alumnos no lleguen todos el mismo día. En este caso, usted puede pasar una parte de los primeros días con los alumnos, ayudando a hacer bancas, pizarrones, franelógrafos y otros preparativos. Al hacer estas cosas juntos, el grupo empieza activamente. Los alumnos llegan a conocerse uno al otro trabajando juntos.

Es importante que los instructores trabajen con los alumnos, sin hacer todo para ellos y sin decirles únicamente qué hacer. Hacer el trabajo como iguales permite desarrollar un ambiente propicio para aprender y también una buena amistad.

Pero si va a empezar haciendo bancas, pizarrones u otros artículos, esté usted seguro de tener listos los materiales necesarios.



Hacer el equipo necesario para el curso es una manera práctica de empezar. Ayuda a la gente a conocerse.

LISTA DE CONTROL

Para ayudarse a sí mismo a recordar y planear las cosas que hay que tener preparadas, usted podría hacer listas de:

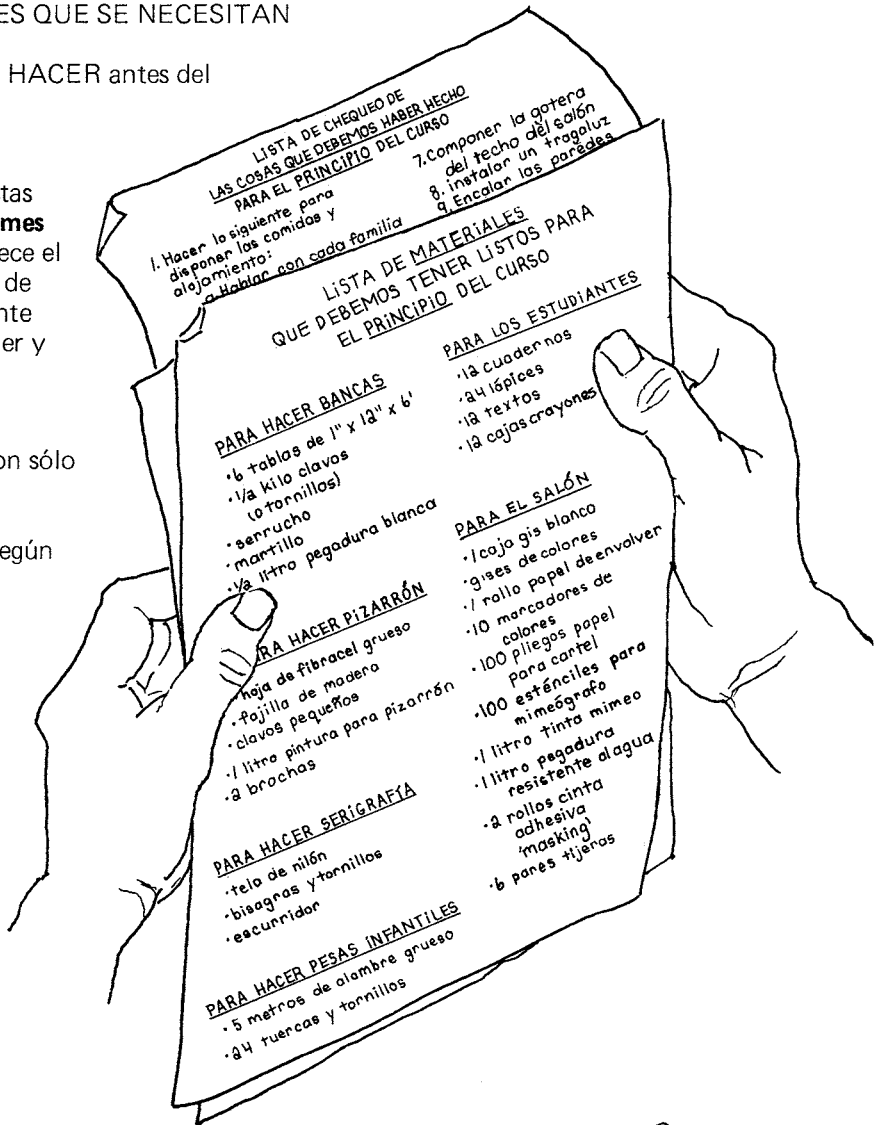
1. MATERIALES QUE SE NECESITAN

2. COSAS QUE HACER antes del curso

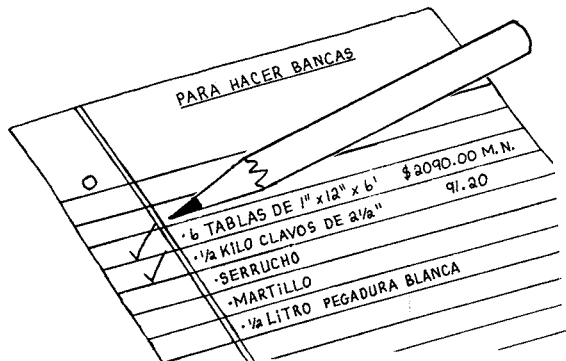
Prepare estas listas cuando menos **un mes** antes de que empiece el curso. Esté seguro de contar con suficiente tiempo para obtener y hacer todo.

Las listas que mostramos aquí son sólo ejemplos.

Haga las suyas según sus necesidades.



Ponga una seña al lado de cada cosa que tenga preparada. Es buena idea siempre apuntar el precio y guardar los recibos de las cosas que compre. De este modo usted tendrá un registro de los gastos.



EJEMPLO DE UN HORARIO PARA LA PRIMERA SEMANA

Este es un ejemplo de un horario de clases y actividades que podría planificarse para los primeros días de un curso de entrenamiento de dos meses. Claro que usted querrá planificar cada actividad o clase con más detalles (vea el capítulo 5 para sugerencias). Según nuestra experiencia, estas primeras clases con frecuencia duran más del tiempo programado, así que muchas en este ejemplo están programadas para 1 1/2 ó 2 horas, en vez de sólo para 1 hora.

SEMANA NÚMERO <u>1</u>		HORARIO SEMANAL -- CURSO PARA PROMOTORES							CLÍNICA AJOYA MEXICO
FECHAS de <u>18 de enero a 24 de enero, 1979</u>		MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMIN		
HORA	LUNES			TRABAJAR EN LA HORTALIZA	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO		
7:00					DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	
8:00		DESAYUNO: Presentarse alumnos e instructores ROMPEHELOS	ESPERANZAS Y DUDAS grupos/grupos pequeños/grande	ÉTICA CLÍNICA: Discusión y sociodramas	DISCUSIÓN: Abusos de los médicos	PREPARARSE PARA VISITAS A LA COMUNIDAD	PREPARARSE PARA VISITAS A LA COMUNIDAD	DESAYUNO	
9:00		ROMPEHELOS	JUEGOS	Importancia de historia clínica	SOCIODRAMAS: Abusos de los médicos	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	NADA	
10:00		Explicar programa; contestar preguntas; mostrar hortaliza, clínica, etc.	USO DEL LIBRO: Índice, contenido, vocabulario	Observar consultas en clínica y dental	Observar consultas en clínica y dental	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	EN EL RÍO	
11:00		ALISTANDO LAS COSAS	DISCUSIÓN: ¿Cuáles son los problemas que afectan a las comunidades? (prioridades)	REPASAR CONSULTAS HISTORIA CLÍNICA, sociodramas	REPASAR CONSULTAS HISTORIA CLÍNICA, sociodramas	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PASEO A CARRIZO	
12:00		1. encantar paredes	RELATOS: experiencia apropiada e inapropiada			PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD		
1:00		3. Pintar pizarrón				PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD	PRIMERAS VISITAS A LA COMUNIDAD		
2:00		COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	COMIDA	
3:00									
4:00	LLEGA MAYORÍA DE ALUMNOS	DISCUSIÓN: experiencias con remedios caseros	DISCUSIÓN: ¿Qué causa los enfamecidos? ¿Qué causa los enfamecidos? ¿Qué causa los enfamecidos?	SOCIODRAMAS: EL MAESTRO AUTORITARIO Y EL BUEN LÍDER DE GRUPO	Discusión: ¿Cómo es un buen promotor o instructor?	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE		
5:00		REPARTIR LIBROS	JUEGOS	JUEGOS	FÚTBOL	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE		
6:00	Bienvenida informal: explicar arreglos para alojamiento	JUEGOS	VÓLEIBOL	JUEGOS	FÚTBOL	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE		
7:00		CENA	CENA	CENA	CENA	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE	REPASO PARA LOS QUE LLEGARON TARDE		
8:00		JUNTA DEL PUEBLO Presentar alumnos a la comunidad	FORMAS DE COMITÉ DE ESTUDIANTES		PLANIFICAR PROGRAMA DE SEMANA PRÓXIMA	VÓLEIBOL CON MAESTROS DE ESCUELA	VÓLEIBOL CON MAESTROS DE ESCUELA	CENA	

CLASES Y ACTIVIDADES EN LOS PRIMEROS DIAS

Los primeros pocos días no sólo son los más difíciles, sino que son de los más importantes. Este es el periodo en el que las personas del grupo de aprendizaje se reúnen por primera vez y empiezan a conocerse unas a otras.

Llegar a conocerse uno al otro de una manera amistosa y abierta es quizá lo más importante que puede suceder en estos primeros días. Hay varias cosas que usted puede hacer para facilitar esto (vea "Rompehielos", página 88).

Durante los primeros días se habla mucho. Todos se están conociendo. Se necesita explicar y discutir muchas cosas. En la página 93, consideramos algunos de los temas importantes que discutir.

¡Pero también hay peligro al hablar y discutir demasiado! **Los alumnos vienen a aprender habilidades específicas.** Quizás todavía no se den cuenta de que el arte de escuchar y de compartir ideas abiertamente en un grupo es una de las habilidades más valiosas que un promotor puede dominar. Quieren seguir adelante y aprender cosas más interesantes, como usar un estetoscopio y poner inyecciones.

Claro que hay buenas razones para **no** empezar por enseñar cómo inyectar o usar un estetoscopio (vea la siguiente página).

Sin embargo, los nuevos promotores estudiantes están ansiosos de empezar a aprender habilidades útiles. Demasiada plática puede desanimarlos. Así que, desde el primer día del curso, incluya actividades que ayuden a los alumnos a aprender habilidades prácticas, habilidades que puedan utilizar tan pronto como se necesite.



Empiece a enseñar habilidades prácticas de inmediato.

Tomar en cuenta el interés de los alumnos

Al principio, los promotores, como la mayoría de la gente, tienen más interés en el tratamiento curativo que en la prevención. Durante el curso, debe recalcarse la importancia de la prevención y de enseñar a la gente cuestiones acerca de la salud. Pero al principio, y muchas veces hasta el final, aunque secretamente, el mayor interés de muchos promotores es la medicina curativa. Después de todo, el promotor quiere ser apreciado. Por lo tanto, quiere ayudar a satisfacer las necesidades expresadas por la gente. Y esto lo debemos respetar.

Sólo cuando toda la comunidad se dé cuenta de lo necesaria que es la acción preventiva será probable que el promotor se preocupe principalmente por la prevención.



**EL SUEÑO
Y LA REALIDAD
(¿CUAL ES CUAL?)**

El desafío para los instructores tanto como para los promotores es no simplemente responder a las necesidades expresadas por la gente. Es ayudarla a considerar y a entender sus necesidades más claramente. Pero no se puede forzar o apurar el proceso. La gente necesita descubrir las razones y decidir las medidas a tomar por sí misma.



El promotor puede señalar el camino, pero no debe forzar si quiere resultados permanentes.

Lo mismo vale para los instructores.

Cuando sea posible, **empiece por donde esté el interés de los alumnos. Pero hay que escoger. Trate de orientar su interés hacia la satisfacción de las necesidades más importantes de la comunidad.**

Si el primer interés de los alumnos es la medicina curativa, empiece por allí. Pero tenga cuidado de **no** empezar enseñando habilidades que con frecuencia se usan mal, tales como poner inyecciones o cómo usar un estetoscopio. Con demasiada frecuencia, los médicos y los promotores usan la jeringa y el estetoscopio como señas de prestigio y poder. A la gente le parecen mágicos estos instrumentos. Para disminuir este problema, en algunos programas no se enseña cómo inyectar hasta casi el final del curso. Probablemente tengan razón. Piense en empezar el estudio de la medicina curativa examinando los **remedios caseros que hacen provecho** (vea *DNHD*, capítulo 1). O empiece por discutir maneras de **curar sin medicinas** (*DNHD*, capítulo 5). Esto es más apropiado porque:

- Pone énfasis en las tradiciones y recursos locales.
- Anima la autosuficiencia.
- Deja que los alumnos empiecen hablando de su propia experiencia.
- Ayuda a quitarle algo de misterio tanto a los remedios tradicionales como a los modernos.
- Puede ayudar a que los alumnos se den cuenta de los problemas del uso y dependencia excesivos de las medicinas modernas.

Como puede usted ver, este enfoque es en parte preventivo, aunque tiene que ver principalmente con el tratamiento.



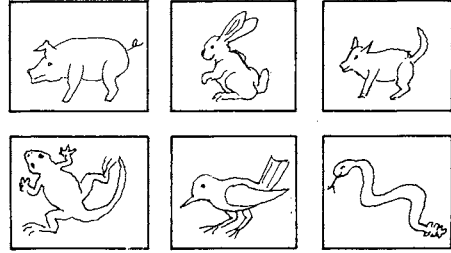
“ROMPEHIELOS” : métodos para ayudar a un grupo nuevo a conocerse, estar a gusto y empezar a hablar

Cuando un grupo se reúne por primera vez, quizás algunas personas ya se conozcan pero muchas no. Muchas veces los que ya son amigos se sentarán juntos para platicar, pero no se sentirán a gusto con los que todavía no conocen.

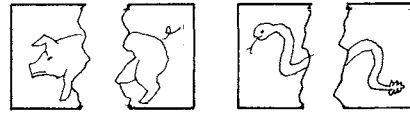
Se pueden usar varios juegos o “trucos” para ayudar al grupo a conocerse y sentirse a gusto al participar en una junta o clase:

1. FORMAR PAREJAS PARA PRESENTARSE

Dibuje corazones, animales u otras figuras en papelitos. (Dibuje una figura para cada 2 personas).



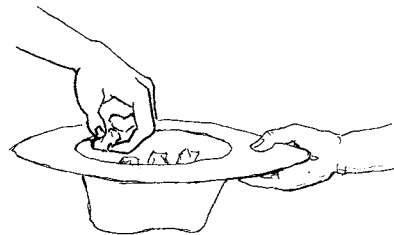
Rompa cada papelito en dos.



Haga una bolita de cada pedazo.



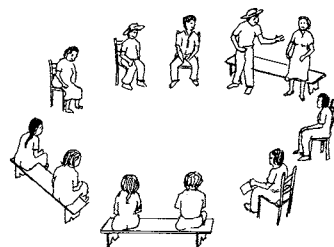
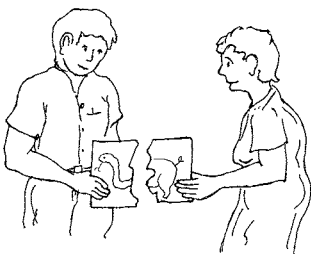
Póngalos en un sombrero y deje que cada persona saque uno.



Ahora cada persona trata de encontrar su “otra mitad”.

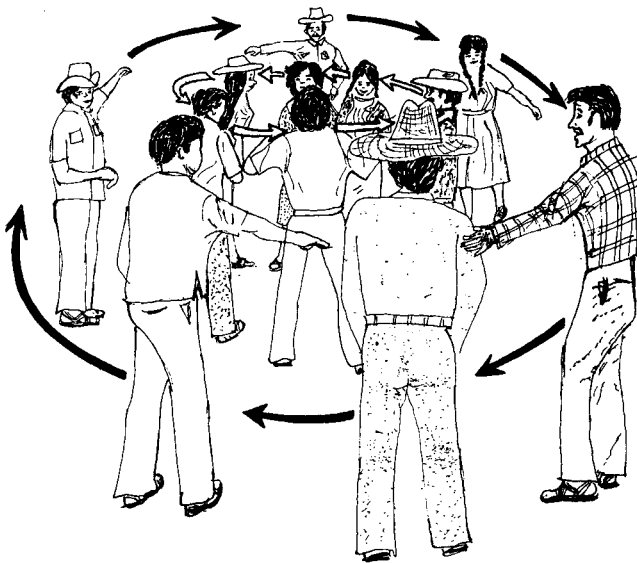
Cada par de personas que hacen pareja con sus mitades pasa 10 ó 15 minutos tratando de conocerse.

Al final, el grupo se reúne otra vez y todos se turnan para presentar a su compañero al grupo.



2. CARRUSEL O "TRENES"

El grupo se divide en dos, separándose al contar: UNO, DOS, UNO, DOS, alrededor de un círculo.

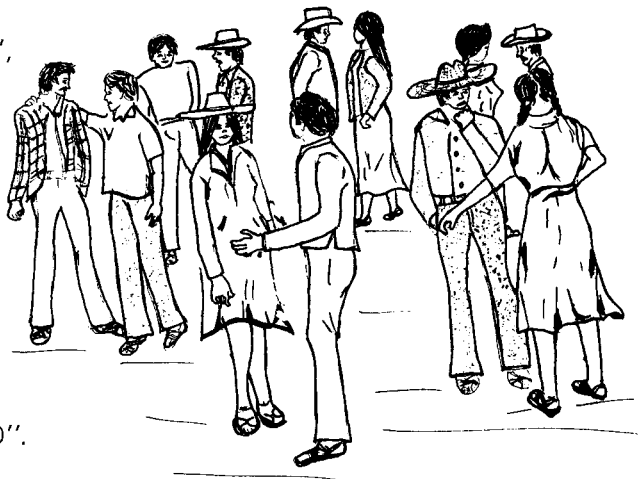


Luego todos los UNOS forman una rueda y todos los DOSes forman otra rueda alrededor de ellos.

Cuando el coordinador dice "SE VA EL TREN", la rueda UNO corre en un sentido y la rueda DOS corre en el otro, silbando y soplando como trenes.

Cuando el coordinador grita "ALTO", cada persona se vuelve a la persona más cercana de la otra rueda y se presenta. Cada par habla de un tema que el coordinador u otra persona haya sugerido.

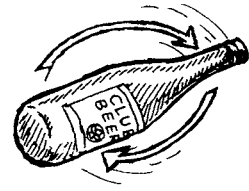
Después de un minuto o dos, el coordinador grita "SE VA EL TREN" de nuevo, y cada rueda empieza a correr de inmediato como antes hasta que el coordinador grite de nuevo "ALTO". Esto se puede repetir 4 ó 5 veces.



Después, el grupo entero puede reunirse para discutir lo que aprendieron.

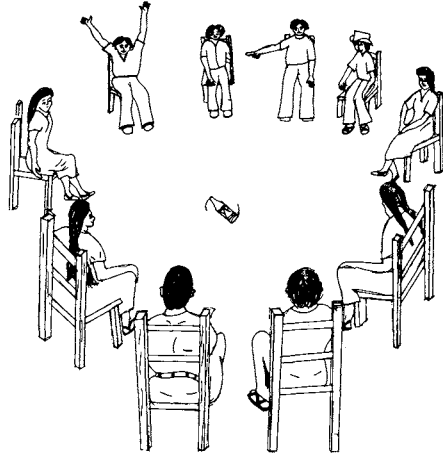
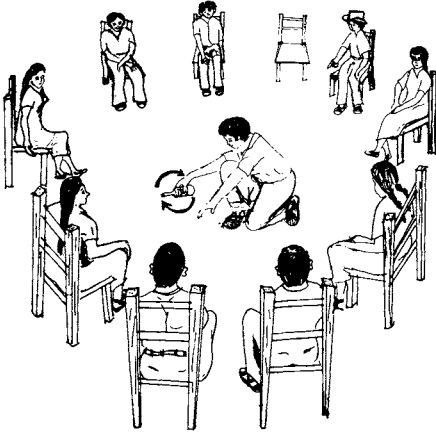
3. HACER GIRAR LA BOTELLA

Este sencillo juego es una manera de escoger al azar a una persona del grupo para que conteste cierta pregunta, empiece una discusión o haga cierto trabajo. Si se necesita escoger a más de una persona, se puede girar la botella cuantas veces sea necesario.



Todos se sientan en rueda. Una persona hace girar una botella vacía en el suelo en medio de la rueda.

La persona a la que señale la botella cuando pare es la escogida.



Después de que conteste la pregunta o haga la tarea, la persona que se escogió hace girar la botella de nuevo para ver a quién se va a escoger luego.

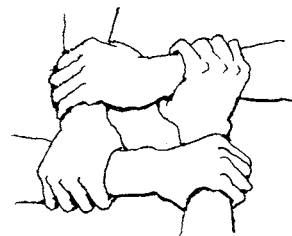
¿Tonterías? ¿Una pérdida de tiempo? Sí, pero...

Los juegos "rompehielos" quizás parezcan ridículos. En realidad, muchas veces lo son. Quizás a algunas personas no les gusten o sientan que son una pérdida de tiempo. A veces lo son. Pero a veces pueden ayudar a un grupo que es demasiado serio o está tenso, a tenerse confianza y empezar a pasarla bien uno con el otro.

Una amiga que ha trabajado muchos años en la salud comunitaria dice: "Perder tiempo es ahorrar tiempo". Tomar tiempo para "romper el hielo" y ayudar al grupo a empezar a relacionarse uno con el otro abiertamente puede afectar mucho lo que la gente aprenda del curso.

Nunca debemos olvidar que, aunque las letrinas y las medicinas y las vacunas son importantes, el factor más importante que determina la salud humana es cómo trabaja, vive, comparte y aprende junta la gente.

Si todos podemos aprender a trabajar bien juntos en nuestro programa de capacitación, quizás podremos hacer lo mismo con la gente de nuestras comunidades o vecindades. ¡Y esto sería un verdadero paso hacia la salud! Así que recuerde. . .



"Perder tiempo" en conocerse y en simpatizar uno con el otro puede ahorrar tiempo después.

COMO FUNCIONA UN GRUPO (la dinámica del grupo)

Cuando un grupo de personas de distintas comunidades se reúne para un curso de capacitación, al principio generalmente es difícil para todos expresar abiertamente sus pensamientos con los demás.

Al principio, a mucha gente se le hace más fácil escuchar que hablar, mientras que a unos pocos se les hace más fácil hablar que escuchar. **Un buen coordinador de grupo busca maneras de ayudar a los que están callados a atreverse a hablar. Al mismo tiempo, enseña a los que se apresuran a hablar la importancia de dar a los demás una oportunidad.**

MALA DINAMICA DEL GRUPO:
UNA PERSONA HABLA PRINCIPALMENTE
PARA SI



Ante todo, un coordinador de grupo eficaz aprende cómo quedarse callado, y cuando habla, a limitarse a hacer preguntas que ayudan a sacar ideas a los demás, especialmente a los que hablan menos.

No es fácil hacer que los integrantes de un grupo se hablen abiertamente como iguales. Es especialmente difícil cuando las personas vienen de comunidades donde las autoridades o las personas ricas y poderosas controlan las juntas públicas. En tales juntas, se espera que hablen sólo ciertos individuos. Generalmente dicen un discurso o sólo dan órdenes. Pueden contar mentiras, encubrir hechos, contravenir leyes, y la gente escucha en silencio. Muchas veces piensan que no tienen más remedio. Aun cuando se pide un voto, la mayoría de las personas no levantan la mano hasta que ven que levanta la suya el dueño de la casa que alquilan o de las tierras que cultivan. Muchos años de experiencia les han enseñado el precio de no permanecer callados (el silencio se puede imponer de muchas maneras).

Además, debido a que el grupo se ha reunido para empezar un curso de entrenamiento o "clase", al principio muchas personas pensarán que es como una escuela. Como ya vimos en el capítulo 1, para la mayoría de nosotros la escuela es un lugar donde el maestro es el patrón. Cuando se hace una pregunta a un alumno, la respuesta "correcta" no es lo que él piensa o cree sinceramente, sino más bien lo que el maestro lee del libro de texto. Lo que el alumno piense o sienta es de poca importancia. En realidad, entre menos logre pensar o sentir, quizás más éxito tendrá en el salón de clase.

Entonces, las experiencias de muchas de las personas del grupo, tanto en las juntas de la comunidad como en la escuela, muchas veces las hacen renuentes o temerosas de hablar libremente, especialmente en la presencia de un coordinador con autoridad. Por lo tanto, es mejor si el coordinador del grupo o el instructor es él mismo un campesino de la región. Desde el principio **el coordinador necesita hacer todo lo que pueda para demostrar que está y se considera a sí mismo al mismo nivel que los demás.**

Como coordinador de grupo, sus acciones dicen más que sus palabras. Aquí hay algunas sugerencias:

- Siéntese en rueda con todos los demás, no aparte o detrás de un escritorio.
- Vístase sencillamente al estilo local (especialmente si usted es del lugar).
- Escuche más de lo que hable.
- No interrumpa, especialmente cuando alguien habla despacio o tiene dificultad para expresarse.
- Invite a la crítica y admita sus propios errores.
- Sea abierto y amistoso. Demuestre su lado personal: sus temores, debilidades y placeres.
- Pero no exagere. Sea como es. No trate de impresionar a otros por quedar bien.
- Ríase *con* la gente, pero no *de* ella.
- Anime a otras personas a hacerse cargo de la actividad cuanto sea posible y al mismo tiempo anímelos a darles a todos los demás una oportunidad igual.

Una buena dinámica del grupo quiere decir que todos se sienten libres de decir lo que piensan, pero que están listos para escuchar de verdad a los demás. Esto es esencial para aprender con eficacia y para el bienestar de la comunidad.

Ayude a los promotores a comprender este proceso, para que puedan trabajar hacia una buena dinámica del grupo con las personas de sus comunidades.

BUENA DINAMICA DEL GRUPO: TODOS PARTICIPAN



ENSEÑANDO SOBRE "LA DINAMICA DEL GRUPO"

En un "intercambio educativo" para los instructores de promotores de salud en México, el coordinador del grupo les ayudó a todos a considerar la dinámica del grupo de este modo: sin decirle a nadie por qué, dirigió dos discusiones sobre temas imprecisos tales como "el significado de la salud comunitaria".

En la primera discusión, dejó que los que tendían a hablar más dominarán la discusión. Incluso animó esto pidiéndoles a las mismas personas que explicarán más sus opiniones. Para el final, una persona habló por 15 minutos sin parar. Sus ideas eran buenas pero la demás gente se estaba durmiendo o estaba empezando a hablar entre ellos.

La segunda discusión fue dirigida de manera que todos participaran, sin que nadie dominara. La discusión se hizo animada y el grupo se entusiasmó.

Nadie se dio cuenta hasta después de que las dos discusiones se habían planteado para estudiar la dinámica del grupo. Luego, el coordinador pidió al grupo que comparara las dos discusiones, incluso el papel del coordinador y las reacciones del grupo.

Todos aprendieron mucho, especialmente la persona que había hablado tanto, quien lo tomó bien y se cuidó de jamás dominar la discusión otra vez.

TEMAS IMPORTANTES A DISCUTIR EN LOS PRIMEROS DIAS

Para empezar un curso de capacitación de una manera positiva, y para evitar malentendidos, se necesita discutir o poner en claro ciertas cosas durante los primeros días. Quizás usted querrá programar discusiones en grupo de los siguientes temas:

- **Esperanzas y dudas** (tanto de los alumnos como de los instructores) acerca del curso
- **Cómo compartir las responsabilidades** y la planificación (los alumnos y los instructores juntos)
- ¿Cuáles son las **características de un buen promotor?** ¿Y las de un buen instructor?
- Distintas maneras de ver **la salud, la enfermedad y el ser humano**
- Metas, objetivos y **la filosofía o visión más grande** del programa
- **Precauciones, consejos** y cómo reconocer nuestros propios **límites**
- **Las experiencias de los alumnos** sobre las necesidades y problemas de sus comunidades
- **La necesidad del equilibrio** entre la prevención, el tratamiento, la educación y la acción comunitaria

PRECAUCION: Aunque todos los temas de arriba son de importancia clave y pueden llevar a una discusión emocionante, exigen mucha conversación seria. Además, es posible que algunas personas no estén acostumbradas a pensar en estas ideas o quizás tengan miedo de discutir abiertamente algunas de ellas. Así que, al dirigir estas discusiones, **trate de comprender los sentimientos, temores y necesidades de cada persona del grupo.**

Además, como todos estos son temas "pesados", sería mejor no abrumar a la gente con demasiadas cosas a la vez. Intercale estas discusiones entre clases y actividades que son prácticas, que tienen respuestas más fáciles y en las que los alumnos aprenden al manejar, hacer y construir cosas.



Trate de no abrumar a los alumnos al principio con demasiadas discusiones pesadas. Equilibre las discusiones con el aprendizaje de habilidades prácticas.

Esperanzas y dudas

En muchos programas de entrenamiento se descubre que es útil pasar uno de los primeros periodos de discusión dando a todos la oportunidad de expresar sus esperanzas y dudas acerca del curso. A cada alumno e instructor se le pregunta:

- “¿Qué espera aprender o sacar de este curso de capacitación?”
- “¿Qué temores, dudas o inseguridades tiene acerca del curso?”

Hay 3 ventajas en dar a todos la oportunidad de expresar sus esperanzas y dudas:

- Hace que las personas empiecen a hablar de cosas que de verdad las afectan.
- Ayuda a los alumnos a darse cuenta de que sus ideas y preocupaciones son importantes y de que se tomarán en cuenta al planificar el curso.
- Da a los instructores ideas para adaptar el curso de modo que responda mejor a los deseos y necesidades de los alumnos.

Todo esto parece muy bonito aquí sobre el papel, ¿pero dará resultado? ¿Hablarán abiertamente los alumnos, que todavía no se conocen uno al otro, sobre sus esperanzas y dudas?

Muchas veces no lo harán, sobre todo si se les pide delante de todo el grupo.

Pero si se dividen en grupos pequeños de 2 ó 3 personas, generalmente se sentirán más a gusto al expresar sus ideas. Se puede escoger a una persona de cada grupo para que haga apuntes durante estas discusiones y luego informe a todo el grupo. Podría sorprender cuántas preocupaciones importantes surgen.

HACER QUE LAS PERSONAS EXPRESEN SUS DUDAS (la ventaja de iniciar discusiones en grupos muy pequeños)

1. En un **grupo grande**, muchas veces a la gente se le hace difícil decir lo que piensa o siente.



2. Pero en grupos muy pequeños pueden dar su opinión más libremente.



3. Así que vale más primero hacer que la gente diga lo que piensa en grupos pequeños. Luego pueden volver e informar al grupo grande.



COMITES O COMISIONES ESTUDIANTILES

Los preparativos, la organización y la dirección día a día de un programa de capacitación significan mucho trabajo. Si los alumnos pueden hacerse cargo de algunas de estas responsabilidades, se les quita una gran carga a los instructores y la comparten todos. Los alumnos y los instructores se hacen compañeros de trabajo. También les da a los alumnos oportunidad de aprender habilidades de liderazgo y de administración.

Durante los primeros días del curso se pueden formar varios comités de estudiantes para que se hagan cargo de distintas responsabilidades. Si los instructores participan, es importante que lo hagan como iguales, no como jefes, y que hagan el "trabajo pesado" junto con los alumnos.

Usted puede considerar cualquiera de los siguientes comités:

COMITE DE PLANIFICACION: decide cuál será el programa diario y semanal, qué clases se darán cuándo y quién las dará, etc. (Es muy importante tener instructores en este comité. Pero si también participan algunos alumnos, es una experiencia valiosa).

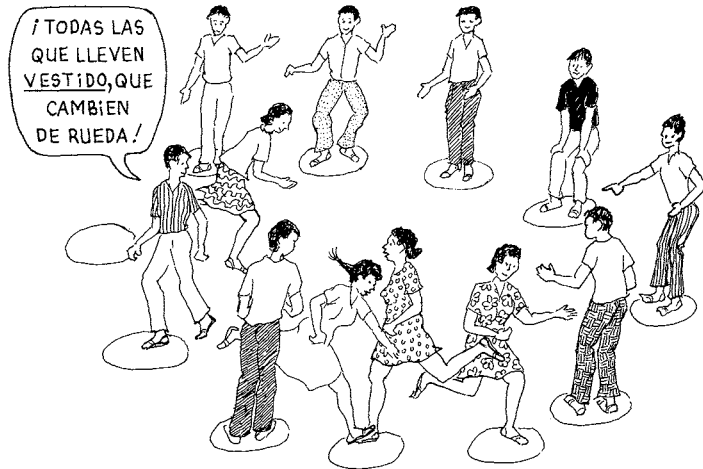
COMITE DE LIMPIEZA:

se asegura de que los lugares de reunión y trabajo que se usan durante el curso se mantengan limpios y bien cuidados.

COMITE DE RECREO:

planifica algunas actividades para el tiempo libre antes o después de las clases, para los fines de semana o para cuando el grupo haya estado sentado mucho tiempo. Por ejemplo, juegos en grupo, ejercicios breves para estirarse entre las clases, excursiones y concursos, chistes, adivinanzas y canciones.

EL COMITE DE RECREO PUEDE HACER QUE EL GRUPO SE DIVIERTA CON JUEGOS BREVES Y ACTIVOS ENTRE LAS CLASES.



Por ejemplo, dibuje círculos en el suelo, (uno menos del número de personas). La persona que "queda" nombra un artículo de vestir o un color. Todos los que lleven ese artículo o ese color tienen que correr a otro círculo. El que no encuentre un círculo vacío "queda".

COMITE DE EVALUACION: guía al grupo en la crítica constructiva del curso en general, del contenido de las clases, de los instructores, de la enseñanza, de las actitudes de todos hacia el aprendizaje, etc. El comité ayuda a resolver problemas, a mejorar el curso actual y hace sugerencias para cursos futuros. (Los comités de evaluación se discuten más en la página 169).

COMITE DE INFORMACION: cuida los libros de la biblioteca de salud, apunta lo que pasa en las clases, hace copias y reparte hojas de datos importantes que no cubran los libros. (La participación de los instructores es valiosa aquí también).

En un curso de 2 a 3 meses, las responsabilidades se pueden alternar más o menos cada semana. Esto les da a todos oportunidad de trabajar en cada comité.