

Plan de lección: Influencia en el cambio de hábitos**1 h 30 min en total****Descripción de la lección**

En esta lección, los participantes tratarán el tercer principio de una visita domiciliaria: influenciar a las personas para que cambien sus hábitos. Analizarán las estrategias que puede usar un promotor comunitario de WASH para intentar influenciar a las personas a adoptar buenas prácticas de WASH.

Objetivos de aprendizaje

Cuando finalice esta lección, los participantes serán capaces de:

1. Discutir estrategias para influenciar a una familia para que adopte buenas prácticas de WASH.

Materiales

- Papel de rotafolio
- Flor del cambio de hábitos (véase el final del plan de lección)
- Guía de técnicas para el cambio de hábitos (véase el final del plan de lección)


Preparación

- Imprima copias de la guía de técnicas de cambio de hábitos
- Dibuje flores grandes del cambio de hábitos en 4-5 hojas de rotafolio. Escriba una de las distintas prácticas en el centro de cada círculo.
 1. No usar una letrina (si hay una)
 2. No tratar el agua de consumo
 3. No lavarse las manos después de usar una letrina
 4. No usar una letrina (si *no* hay una)
 5. No almacenar el agua de forma segura
- Opcional: observe la tabla RANAS elaborada durante el taller. Elija 5 motivos distintos, uno de cada categoría de RANAS, y escríbalos en los pétalos de cada práctica de WASH.
- Opcional: escriba los objetivos de aprendizaje en una hoja de rotafolio.

Introducción: Mezclar y unir los problemas con las soluciones**10 minutos**

1. Explíqueles a los participantes que todos recibirán una tarjeta. En cada tarjeta hay un problema o una solución. Quienes tengan las tarjetas con problemas recorrerán el aula y le mencionarán su problema a quienes tienen las soluciones. El objetivo de

la actividad es encontrar la solución correspondiente. Asegúrese de distribuir al azar las tarjetas para que a los participantes les resulte más difícil encontrar la solución.

2. Explíqueles que tendrán 5 minutos para recorrer el aula y encontrar la solución correspondiente.
3. Pregúnteles: "¿Qué sucedió cuando la solución dada no se correspondía con el problema?". *Resultó gracioso y no fue una solución eficaz.*
-  4. Explíqueles a los participantes que, al intentar influenciar a las personas para que cambien, es importante que den soluciones y consejos acordes al obstáculo que impide que las personas adopten la práctica correcta de WASH.
5. Presente la descripción de la lección o los objetivos de aprendizaje.

Influencia en el cambio de hábitos

60 minutos






1. Pídales a los participantes que levanten tres dedos. Remítase a la mano de la pared donde figuran los principios de una visita domiciliaria.
2. ¿A qué corresponde el tercer dedo? *Influenciar*
3. Explíqueles a los participantes que, en este paso, deben intentar influenciar a las familias a adoptar mejores prácticas de WASH.
4. Explíqueles a los participantes que deben elegir una estrategia que se adecue a los motivos por los cuales la familia aún no ha adoptado esa práctica de WASH.
5. Dé un ejemplo: "Si una persona dice que no quiere usar la letrina porque está oscuro, hace calor o hay olor, recomendarles que usen la letrina porque es importante no resultará eficaz". Como promotores comunitarios de WASH, deben hacer recomendaciones que estén directamente relacionadas con el motivo por el cual las personas no usan la letrina, ya que así serán más eficaces para cambiar los hábitos.
6. Explíqueles a los participantes que han identificado distintos motivos que obstaculizan la adopción de prácticas de WASH en la lección "Factores que influyen en los hábitos", dictada previamente durante el taller.
7. Explíqueles a los participantes que ahora trabajarán en grupos para pensar estrategias que aborden directamente los motivos que dieron las personas para no adoptar ciertas prácticas de WASH.
8. A modo de ejemplo, use una de las flores de cambio de hábitos ya preparadas y péguela en la pared para que todos la vean.
9. Explíqueles que, en el centro de la flor, hay una práctica de WASH que nos gustaría que las personas cambiaran. Cada flor tiene una práctica de WASH distinta.
10. Explíqueles a los participantes que los pétalos pequeños de la flor son los motivos por los cuales las personas no han adoptado esa práctica.



Nota para el capacitador:

Opción A: observe la tabla RANAS elaborada durante el taller. Elija 5 motivos distintos, uno de cada categoría de RANAS, y escríbalos en los pétalos de cada práctica de WASH.

Opción B: pídale a los participantes que elijan sus propios motivos para cada categoría por la cual no se ha adoptado una determinada práctica de WASH.

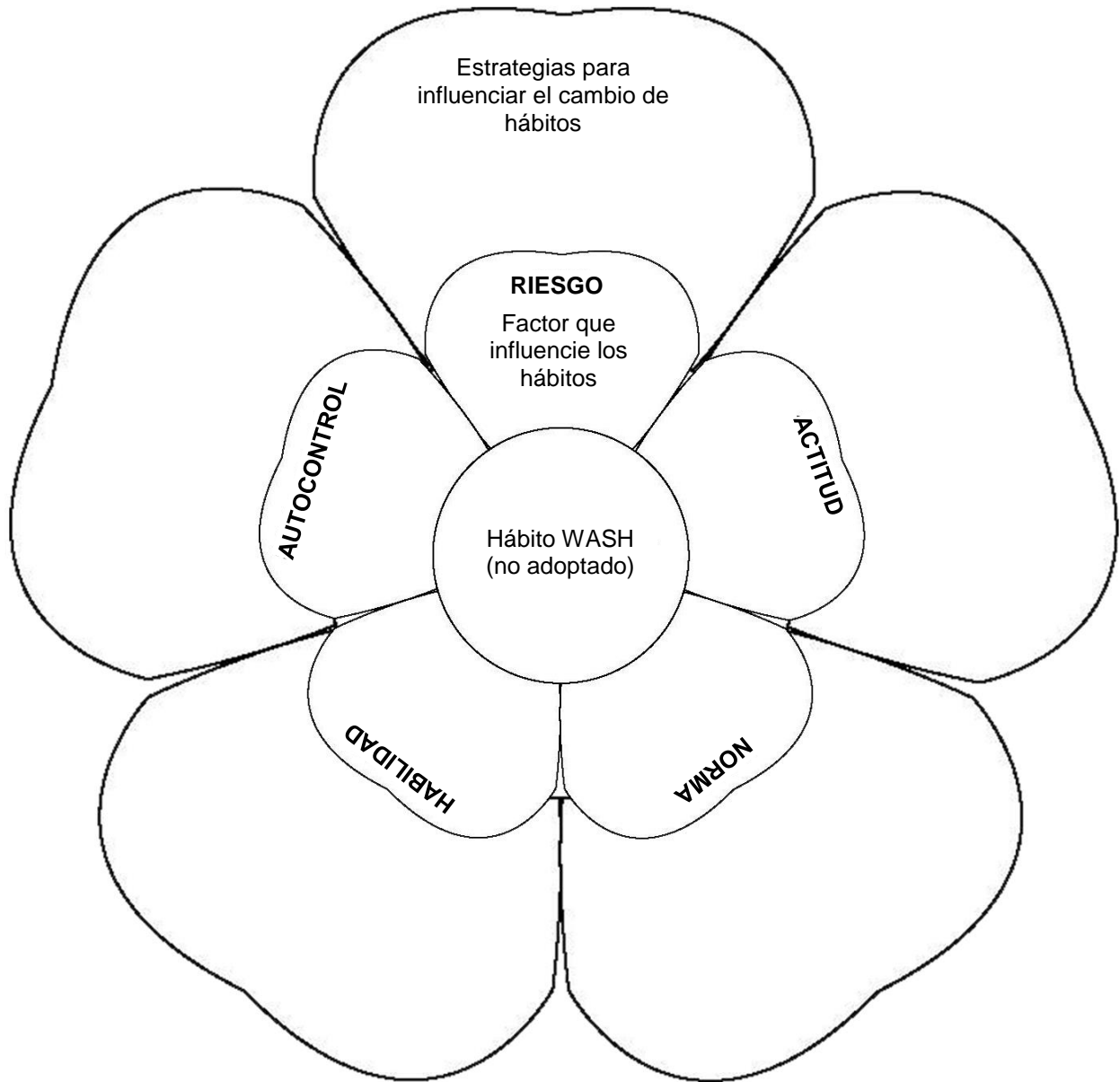
11. Explíqueles a los participantes que deberán trabajar en equipo y escribir varias ideas de estrategias que podrían usar como promotores comunitarios de WASH para influenciar a las personas a que cambien sus hábitos en cada caso específico.
12. Explíqueles a los participantes que lo importante es recordar que las estrategias elegidas tienen que estar directamente relacionadas con los motivos mencionados por la persona o averiguados por el promotor, que explican por qué no se ha adoptado esa práctica.
-  13. Divida a los participantes en grupos de 3 o 4 personas y entréguele a cada grupo una hoja de rotafolio con una flor de cambio de hábitos.
14. Explíqueles a los participantes que tendrán 15 minutos para completar las flores.
15. Después de 15 minutos, pídale que dejen los marcadores y presten atención a las instrucciones.
-  16. Explíqueles que las personas que desarrollaron el método RANAS también elaboraron una guía que nos ayuda a encontrar estrategias para cada categoría de factores del método RANAS.
17. Entréguele a cada participante una copia del documento "Guía de técnicas para el cambio de hábitos".
18. Pídale a los participantes que regresen a la flor y comparen las estrategias con la "Guía de técnicas para el cambio de hábitos". Explíqueles que tal vez quieran agregar 1 o 2 estrategias nuevas en cada pétalo de la flor.
19. Los participantes tendrán 10 minutos más para leer la guía, compararla con las ideas que se les ocurrieron y agregar algunas ideas nuevas en la flor.
20. Pídale a cada grupo que pegue su flor en la pared del frente del aula y que presenten sus ideas frente al resto del grupo.
21. Cuando cada grupo haya terminado su presentación, pregúntele al resto de los participantes si tienen otras estrategias que podrían usar para influenciar a las familias a cambiar sus hábitos.
-  22. Cuando todos los grupos hayan terminado, explíqueles a los participantes que hay muchas formas en las que un promotor comunitario de WASH puede ayudar a una familia o una comunidad a adoptar buenas prácticas de WASH. Su rol va más allá de dar información sobre los riesgos asociados a las prácticas incorrectas de WASH.

Repaso
5 minutos

1. Pídale a los participantes que lean todas las estrategias de las flores de cambio de hábitos que están pegadas en la pared. Tendrán que pasar al frente y dibujar una estrella junto a las 3 estrategias favoritas que aprendieron y que podrían usar al visitar a las familias.

Reflexiones sobre la lección

Necesito un martillo.	Aquí tiene un martillo.
Me gustaría comer una banana.	Aquí tiene una banana.
Necesito tomar un poco de agua.	Aquí tiene un poco de agua.
Me gustaría comer un poco de pollo.	Aquí tiene un poco de pollo.
No sé bailar.	Le enseñaré a bailar.
Necesito una camisa para no tener frío.	Aquí tiene una camisa para no tener frío.
Necesito una llave inglesa.	Aquí tiene una llave inglesa.
Necesito un clavo.	Aquí tiene un clavo.
Necesito crédito para mi teléfono.	Aquí tiene crédito para su teléfono.
Necesito una cuchara para tomar la sopa.	Aquí tiene una cuchara.
Necesito un cuchillo para cortar la comida.	Aquí tiene un cuchillo.
No me gustan los mosquitos.	Aquí tiene una tela mosquitera.



Guía de técnicas para el cambio de hábitos

RIESGO: comprensión y consciencia del riesgo que tiene una persona.
1. Mostrar hechos e información sobre los riesgos a la salud, la integridad física o la seguridad.
2. Hacer hincapié en las <u>consecuencias</u> del riesgo si no se adopta ese hábito.
3. Mostrar información e historias sobre la <u>probabilidad</u> de que suceda algo malo.
ACTITUD: riesgos relativos a los costos y beneficios, y las emociones relacionadas con el hábito.
4. Dar información y consejos sobre el costo y los beneficios de un hábito. P. ej.: una persona no quiere gastar dinero en jabón o pastillas de cloro; explicar que el costo del cloro es mucho más bajo que el costo de los medicamentos que se necesitan al enfermarse.
5. Describir sentimientos <u>positivos</u> relacionados con el hábito (seguridad, respeto, dignidad, orgullo, etc.).
6. Describir sentimientos <u>negativos</u> relacionados con las consecuencias del hábito (asco, vergüenza, etc.).
7. Premiar cuando se adopta el hábito.
NORMA de la comunidad: lo que hace y opina la comunidad sobre el hábito.
8. Comentar que otros miembros de la comunidad ya han adoptado esa práctica y quedarán excluidos si no lo hacen también.
9. Hablar sobre la importancia de decretar un cambio para la mejora de toda la comunidad y hacer que todos se sumen; abordar de qué forma la familia puede asumir el liderazgo. P. ej.: pedirle a una familia que ya haya adoptado una práctica que le cuente a otras y pegue un afiche o una estrella en la casa.
10. Preguntarles si otras personas aprobarían o desaprobarían sus hábitos.
11. Organizar redes de asistencia en la comunidad. P. ej.: elaborar un plan comunitario para detener la defecación al aire libre.
HABILIDAD: la confianza y la habilidad que tiene una persona para adoptar un hábito.
12. Enseñar cómo hacer algo o demostrar el hábito.
13. Ayudar a que accedan a las cosas que necesitan. P. ej.: hablar con vendedores del mercado.
14. Hacer comentarios y observaciones sobre el hábito (si es correcto/incorrecto) y felicitarlos para que se sientan motivados.
AUTOCONTROL: obstáculos, distracciones o ayudas para mantener el hábito.
15. Fomentar la planificación anticipada; p. ej.: comprar cloro o jabón al por mayor.
16. Hacer comentarios y observaciones sobre lo bien que les ha ido desde que adoptaron ese hábito.
17. Ayudar a fijar recordatorios para continuar con el hábito bueno y evitar el hábito indeseado.

- | |
|--|
| 18. Ayudar a anticiparse y planificar para evitar arrepentimientos y fracasos. |
| 19. Hablar de que adoptar hábitos positivos ahora es parte de su identidad y son modelos a seguir para otras personas de la comunidad. |