

12, 2916 – 5th Avenue
Calgary, Alberta, T2A 6K4, Canadá

Teléfono: + 1 (403) 243-3285, fax: + 1 (403) 243-6199

Correo electrónico: cawst@cawst.org, sitio web: www.cawst.org

El Centro de Tecnologías Asequibles de Agua y Saneamiento (CAWST, por su sigla en inglés) es una organización sin fines de lucro con base en Calgary que proporciona capacitación y consultoría a organizaciones que trabajan directamente con poblaciones en países en desarrollo que carecen de acceso al agua limpia y al saneamiento básico.

Una de las principales estrategias de CAWST es hacer del conocimiento sobre agua un saber popular. Eso se logra, en parte, mediante el desarrollo y la distribución gratuita de materiales educativos con la intención de aumentar la disponibilidad de información para los que más lo necesitan.

Este documento es de contenido abierto y está elaborado bajo la licencia genérica Creative Commons Atribución 3.0. Para ver una copia de esa licencia, visite la página <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.es> o envíe una carta a Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California 94105, Estados Unidos.



Usted es libre de:

- Compartir – copiar, distribuir y difundir este documento.
- Editar – adaptar este documento.



Bajo las siguientes condiciones:

- Atribución. Deberá atribuírsele a CAWST el crédito de ser la fuente original del documento. Por favor, incluya la dirección a nuestro sitio web: www.cawst.org.

CAWST actualizará este documento periódicamente. Por ese motivo, no se recomienda que lo almacene para descargarlo desde su sitio web.

Manténgase actualizado y obtenga apoyo:



- Últimas actualizaciones de este documento.
- Otros talleres y recursos de capacitación relacionados.
- Apoyo sobre el uso de este documento para su trabajo.

*CAWST provee mentoría y
asesoramiento sobre el uso de sus materiales
de capacitación.*

www.cawst.org



Cambio de comportamiento

¿Qué es lo que le hace ser bueno en lo que hace?

Escriba tres cosas que haga de continuo y que le hagan destacar (en su trabajo, como padre/madre, en el deporte o en cualquier otra área).

Por ejemplo: beber café por la mañana, arreglarse, hacer listas de verificación, hacer yoga todos los días, pasear por la tarde, ducharse por la mañana, seguir una rutina, etc.

Comparta lo que ha escrito en grupos pequeños.

¿Qué es lo que le hace ser bueno en lo que hace?

Ahora escoja una cosa que ya no pueda hacer.

Hable de ello en su grupo.

¿Cómo se siente?



¿Qué es lo que le hace ser bueno en lo que hace?

¿Qué necesita de usted mismo para poder cambiar esto (y aún así mantener su éxito)?

¿Qué necesita de otras personas para poder cambiar esto (y aún así mantener su éxito)?



Expectativas de aprendizaje

1. Hable sobre lo que uno siente cuando cambia su manera de actuar y sobre lo que se necesita para cambiar de conducta.
2. Analice por qué las personas actúan de esa manera y qué necesitan para cambiar.
3. Hable de cómo influirá esto en su proyecto.



¿Por qué las personas actúan de determinadas maneras?

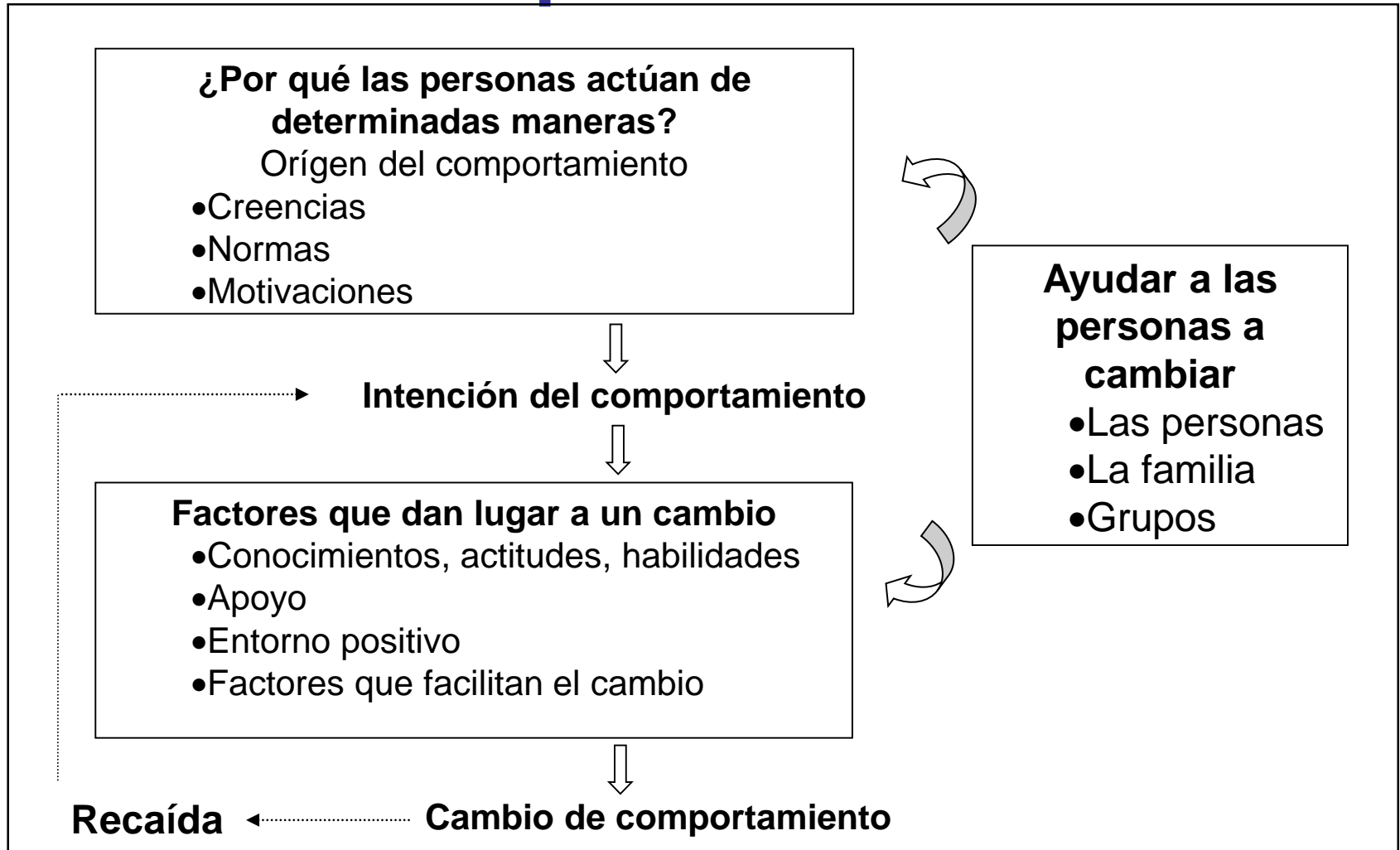
- Creencias
- Normas
- Motivaciones
- *¿Puede dar ejemplos de esto?*
- *Ejercicio – Observando a otros*
- *Ejercicio – ¿Qué se necesita para cambiar?*

¿Cómo cambiar el comportamiento o la conducta de otras personas?

- La gente no hace cosas nuevas por el hecho de que usted se lo ordene.
- *Necesita convencerles: encuentre aquellas cosas que puedan motivarles.*
- *¡Comience con aquello que ya hacen bien!*
- *Para cambiar un hábito se necesita tiempo y ¡muchos recordatorios!*

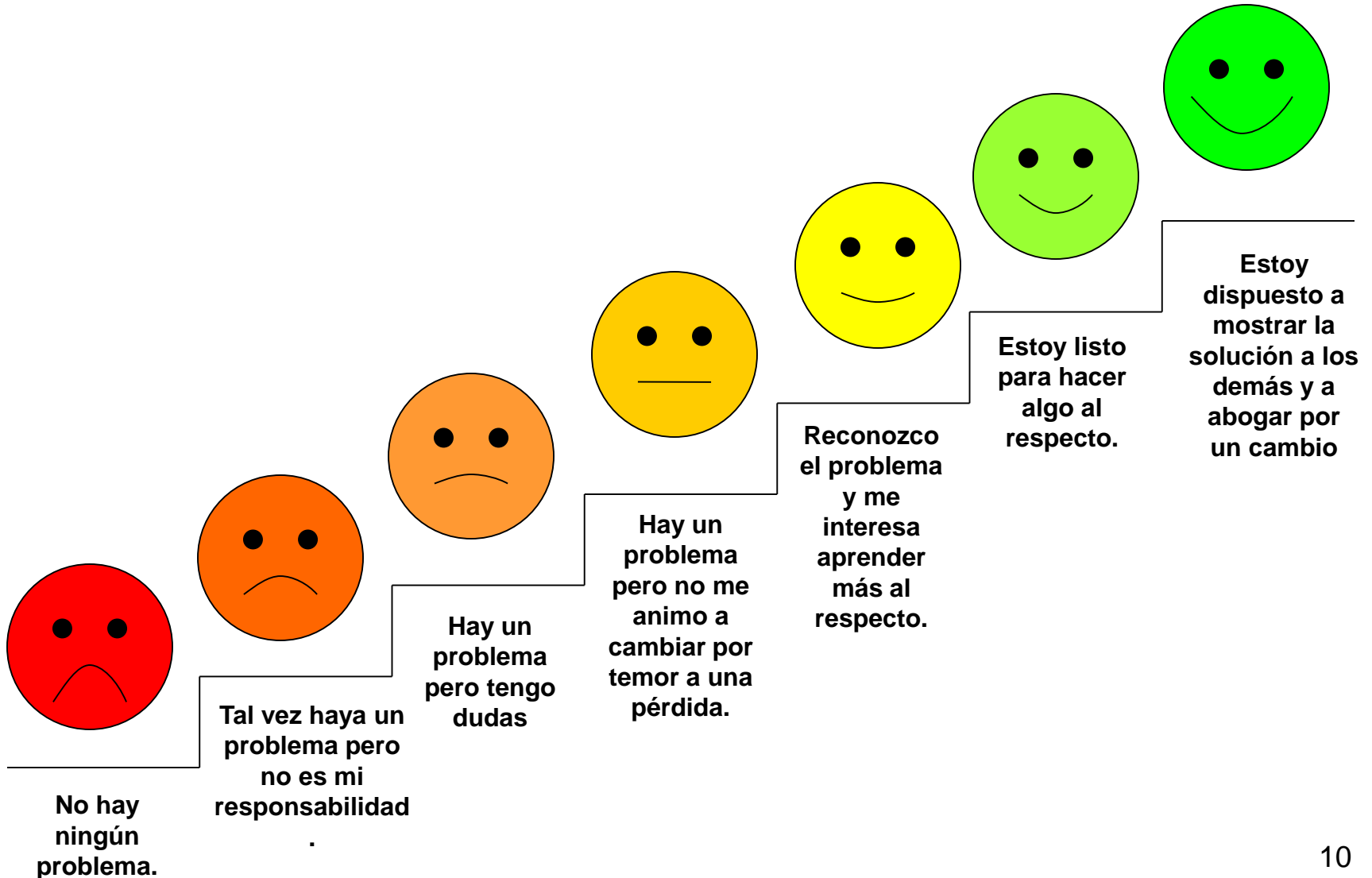


Modelo de cambio de comportamiento

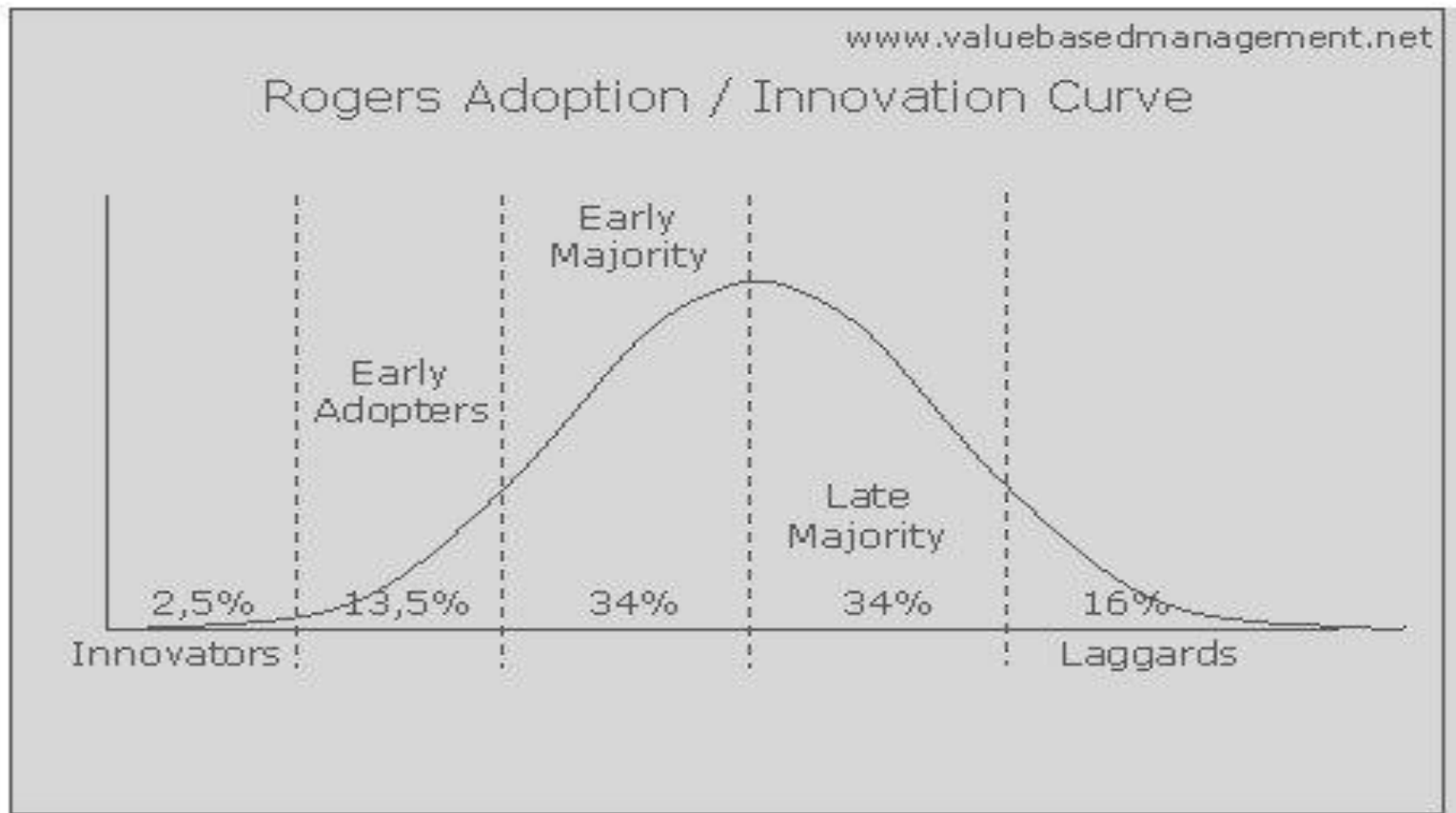


(Adaptado de Network Learning, 2003)

Resistencia al cambio



Ayudar a las personas a cambiar



Ayudar a las personas a cambiar

- Identificar y ayudar primero a los innovadores y usuarios tempranos.
- Proporcionar incentivos a los usuarios tempranos puede ayudar a crear una masa crítica necesaria para el punto de inflexión.
- Después, cambiar el foco para ayudar a los usuarios tardíos y a los rezagados



Factores que dan lugar a un cambio

- Conocimientos, actitudes y habilidades
- Apoyo
- Entorno positivo
- Factores que facilitan el cambio



Apoyo al cambio de comportamiento

- Las personas pueden requerir muchos recordatorios.
- Llevar un seguimiento es importante.
- Es una oportunidad para que los promotores de la salud comunitaria visiten a los usuarios, recuerden a la gente información sobre el correcto uso y mantenimiento, y respondan preguntas.
- Los mensajes deben ser simples para que la gente no tenga que recordar mucha información de una vez.

Resumen

Piense en una ocasión en la que usted ha sido un "usuario tardío". ¿Por qué no quería cambiar al principio?

¿Quiere alguien compartir su experiencia con el grupo?



Resumen

Piense en una ocasión en la que usted ha sido un "usuario temprano". ¿Qué le llevó a decidir cambiar? ¿Influyó su comportamiento sobre alguien?

¿Quiere alguien compartir su experiencia con el grupo?



Resumen

Hable sobre un tipo de comportamiento de su comunidad meta que le gustaría intentar cambiar.

¿Qué puede hacer en su proyecto para promover entre la gente un cambio de comportamiento o conducta?

Hable sobre esto con su pareja.

