Pautas para las preguntas de apertura:

Presentación del puente

Introducción

El Bridge to Child and Family Self-Reliance[1] (Puente hacia la autosuficiencia del niño y la familia) es una herramienta diseñada para ayudar a las familias a establecer metas individualizadas basadas en sus valores culturales. Al presentar el Puente a una familia, es útil explicar cada pilar y destacar cómo están interconectados.

Después de presentar cada pilar, puede utilizar preguntas de seguimiento para fomentar una conversación significativa. No es necesario que haga todas las preguntas y la lista proporcionada no es exhaustiva. En su lugar, seleccione las preguntas que sean más relevantes para cada familia. Esta guía lo ayudará a lo siguiente:

- Entender el "por qué" detrás de cada pilar.
- Recopilar información que apoye la planificación individualizada.
- Facilitar conversaciones con las familias para fijar metas.

Mobility Mentoring© es un enfoque de capacitación basado en las relaciones, diseñado para fortalecer las capacidades de los adultos y ayudar a las familias a lograr la movilidad económica.

1. **www.dcyf.wa.gov/sites/default/files/pubs/EL_0020.pdf**

El Harvard's Center for the Developing Child (Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Harvard) presenta las siguientes recomendaciones para desarrollar las capacidades de los adultos.[2]

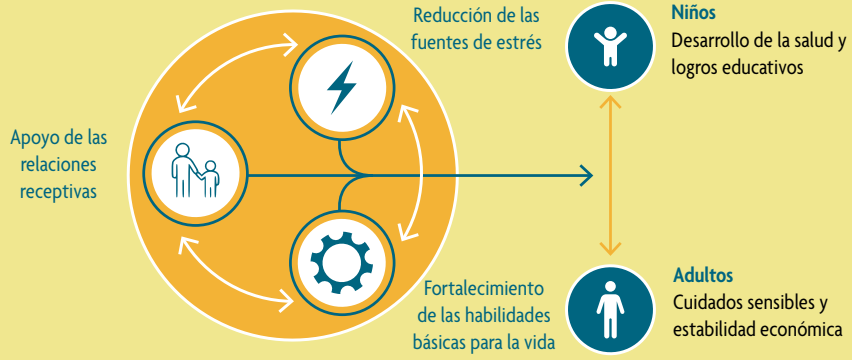
- Adoptar modelos de capacitación que ayuden a las personas a identificar, planificar y alcanzar sus objetivos.
- Centrarse en pasos pequeños y graduales con retroalimentación frecuente; por ejemplo, divida el objetivo "encontrar vivienda" en pasos pequeños, tales como averiguar la oferta disponible, qué vecindarios son mejores, comunicarse con los propietarios, visitar las viviendas, hacer preguntas, etc., con retroalimentación receptiva durante el proceso.
- Generar oportunidades regulares de aprendizaje y práctica de nuevas habilidades en contextos significativos y apropiados para la edad, tales como estrategias basadas en el juego para la primera infancia, planificación de proyectos escolares a largo plazo para adolescentes y representación de una conversación compleja con un jefe para personas en edad adulta.
- Apoyar el desarrollo de habilidades con herramientas como plantillas para establecer metas, recordatorios por mensaje de texto, líneas de tiempo y planificadores.

2. **https://developingchild.harvard.edu/science/deep-dives/adult-capabilities/**

De la ciencia a la política y la práctica

Tres principios para mejorar los resultados para los niños y las familias

Estos principios, basados en la ciencia, pueden orientar a los encargados de formular políticas y a los desarrolladores de programas al momento de diseñar y adaptar políticas y programas para mejorar los resultados de los niños y las familias.



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

Estabilidad: **vivienda**

Declaración introductoria:

Tener un lugar estable, seguro y asequible para vivir crea una base sólida para todo lo demás en la vida. Cuando sus necesidades de vivienda están cubiertas, es más fácil concentrarse en sus metas, ya sea encontrar un mejor trabajo, continuar sus estudios o simplemente crear un futuro más seguro para su familia. Un hogar estable le brinda la tranquilidad y la estabilidad necesarias para avanzar hacia la independencia económica.

Preguntas abiertas:

- "¿Cómo es vivir donde está ahora mismo?"
- "¿Qué ha pensado, si es que ha pensado alguna vez, sobre mudarse o cambiar de vivienda?"
- "¿Qué le viene a la mente cuando imagina su casa o espacio ideal para vivir?"
- "¿Qué ideas o esperanzas tiene para su futura vivienda?"
- "¿Cómo ha gestionado últimamente los gastos de alquiler o vivienda?"

Notas:

Estabilidad: bienestar familiar

Declaración introductoria:

Como padres, hacen todo lo posible por satisfacer las necesidades de sus hijos, y eso requiere mucho amor, tiempo y energía. Este pilar no se trata de juzgar su crianza ni de si están haciendo un "buen trabajo". Se trata de reconocer cuánto tiempo y energía dedican al cuidado de su familia y cómo eso puede afectar su capacidad para concentrarse en sus propias metas, como el trabajo, los estudios o el crecimiento personal.

Es normal reconocer que hacerlo todo puede ser difícil. Este pilar ayuda a comprender el equilibrio entre apoyar a su familia y avanzar hacia su propio futuro.

Preguntas abiertas

- "¿Qué necesidades está experimentando su familia actualmente y cómo impactan su vida diaria?"
- "Cuando piensa en pasar tiempo de calidad con su familia, ¿qué cosas les gustaría hacer más juntos?"
- "Cuando piensa en el próximo año, ¿qué cosas desea para su hijo y para usted?"
- "¿Cuándo siente que tiene más energía para su familia? ¿Cuándo se siente más agotado?"
- "¿Qué cambios harían la vida un poco más fácil o menos estresante para su familia?"

Notas:

Estabilidad: crianza de los hijos

Declaración introductoria:

La crianza de los hijos es una de las influencias más importantes en el crecimiento y desarrollo de un niño. El amor, el tiempo y la energía que le dedica a su hijo cada día moldean su aprendizaje, salud y éxito futuro. En Mobility Mentoring© y Bridge to Child and Family Self-Reliance, hablamos de crianza, ya que su rol como padre es fundamental para el éxito de su hijo y también influye en sus propias metas.

Al reflexionar juntos sobre sus experiencias como padre, podemos celebrar sus fortalezas, reconocer el increíble esfuerzo que requiere criar una familia y explorar maneras de apoyar tanto el éxito de su hijo como sus metas personales. No se trata de juzgar su crianza, sino de colaborar con usted para crear un camino que ayude a toda su familia a prosperar.

Preguntas abiertas:

- "Cuando se siente abrumado o estresado, ¿qué lo ayuda a recuperar la calma o a sentirse más centrado?"
- "¿Cuáles son algunos de los momentos más difíciles que experimenta como padre y cómo suele reaccionar ante ellos?"
- "¿Cuánto tiempo dedica a actividades (dentro o fuera de casa) con sus hijos?"
- "¿Qué es lo que más disfruta de ser padre?"
- "¿Cómo encuentra tiempo para cuidarse a sí mismo mientras cuida de su familia?"

Notas:

Conexión con uno mismo y con los demás: **bienestar**

Declaración introductoria:

Su salud y bienestar son la base para alcanzar sus metas y apoyar a su familia. Cuando cuidamos nuestra salud física y emocional, es más fácil tener la energía, la concentración y la motivación para seguir adelante.

La vida puede traer estrés, fatiga o problemas de salud, y esos momentos no significan que no lo esté intentando; simplemente nos recuerdan que el cuerpo y la mente también necesitan cuidado. Este pilar trata sobre reconocer la importancia de su bienestar y explorar maneras de crear rutinas, apoyos y recursos que lo ayuden a usted y a su familia a prosperar.

Preguntas abiertas:

- "¿Cómo se siente con respecto a su salud física y mental actual?"
- "¿De qué maneras influyen sus experiencias de salud o salud mental en su capacidad para concentrarse en las cosas que son importantes para usted, como el trabajo, la escuela o la familia?"
- "¿Puede contarme cómo ha manejado desafíos de salud o salud mental en el pasado?"
- "¿Hay lugares, actividades o personas que le brinden una sensación de paz o alivio?"
- "¿Ha encontrado algo que realmente lo ayude a manejar el estrés o a cuidar de usted mismo?"

Notas:

Conexión con uno mismo y con los demás: sentido de pertenencia

Declaración introductoria:

Un fuerte sentido de pertenencia, sentirse conectado, apoyado y parte de una comunidad, es uno de los factores más importantes para el bienestar familiar. Cuando las familias sienten que realmente pertenecen, tienen más probabilidades de acceder a recursos, construir relaciones de apoyo y sentirse seguras de alcanzar sus metas.

Las investigaciones demuestran que el sentido de pertenencia de los padres también puede tener un impacto significativo en los hijos. Los niños prosperan cuando sus padres se sienten conectados y apoyados. Esta sensación de seguridad ayuda a los niños a aprender, forjar amistades y tener éxito en la escuela. Al hablar de pertenencia, podemos celebrar las conexiones que su familia ya tiene y explorar maneras de fortalecer su red de apoyo, porque la pertenencia es la base tanto para la estabilidad familiar como para los resultados positivos de los niños.

Preguntas abiertas:

- "¿De qué maneras está actualmente conectada su familia con la comunidad?"
- "¿Quiénes son las personas o grupos con los que se siente más conectado en este momento?"
- "¿Hay apoyos o conexiones que desearía tener, pero que ahora no tiene?"
- "¿Hay actividades, grupos o eventos en los que le gustaría participar más?"
- "¿Ha habido momentos en los que se ha sentido aislado o desconectado?"

Notas:

Conexión con uno mismo y con los demás: apoyos personales y profesionales

Declaración introductoria:

Las personas y las relaciones en nuestra vida pueden desempeñar un papel fundamental para ayudarnos a alcanzar nuestras metas. Amigos, familiares, compañeros de trabajo y mentores que nos apoyan pueden animarnos, compartir recursos útiles y celebrar nuestros éxitos a lo largo del camino.

Al dedicar tiempo a reflexionar sobre su red de apoyo personal y profesional, podemos destacar las conexiones que lo fortalecen e identificar áreas donde generar apoyo nuevo podría ayudarlo a avanzar. Estos apoyos son como peldaños que le facilitan enfocarse en sus metas y crear el futuro que desea para su familia.

Preguntas abiertas:

- "¿Cómo describiría sus redes, tanto personales como profesionales?"
- "¿A quiénes acude usted para recibir apoyo, asesoramiento o guía, ya sea en temas relacionados con la escuela, el trabajo o el logro de metas personales?"
- "¿Existen grupos, organizaciones o programas que hayan sido especialmente útiles para su familia?"
- "¿Hay nuevas conexiones o relaciones que desearía establecer este año?"
- "Si pudiera añadir una persona o un tipo de apoyo a su círculo, ¿cómo sería?"

Notas:

Administración del dinero: **gastos**

Declaración introductoria:

El dinero y los gastos pueden ser un tema estresante para muchas familias, y entendemos que hablar de finanzas a veces puede resultar incómodo. Iniciamos estas conversaciones no para juzgar ni para centrarnos en lo difícil, sino porque su bienestar financiero tiene un gran impacto en su estrés general, su capacidad para alcanzar sus metas e incluso en las oportunidades futuras de sus hijos.

Al analizar este pilar juntos, podemos comprender mejor su situación actual, celebrar los pasos que ya está dando para administrar sus finanzas y conectarlo con recursos o estrategias que pueden facilitarle las cosas. Nuestra meta es colaborar con usted para fortalecer su estabilidad financiera, lo cual apoya el bienestar de su familia y ayuda a su hijo a prosperar.

Preguntas abiertas:

- "Cuando piensa en sus gastos cada mes, ¿cuáles le resultan más manejables y cuáles le resultan más desafiantes?"
- "¿Hay momentos en los que siente que sus gastos dificultan enfocarse en sus metas?"
- "¿Existen ciertos gastos que le generen más estrés o que sean más difíciles de planificar?"
- "Cuando piensa en el futuro, ¿cuáles son sus metas u objetivos financieros para su familia?"
- "¿De qué manera el sentirse más seguro económicamente impactaría a su familia y a las oportunidades de su hijo?"

Notas:

Administración del dinero: **planificación**

Declaración introductoria:

Planificar y prepararse para el futuro ayuda a las familias a sentirse más seguras y confiadas para alcanzar sus metas. Ahorrar para el futuro no siempre significa tener mucho dinero en una cuenta bancaria; también puede significar tener un plan, generar recursos y saber con qué contar en caso de un gasto u oportunidad inesperada.

Este pilar se centra en mirar hacia el futuro y pensar en las herramientas, los recursos y las estrategias que pueden ayudar a su familia a estar preparada tanto para los desafíos como para las nuevas posibilidades. Al planificar el futuro de maneras que funcionen para usted, podemos ayudar a crear una base más sólida para su familia y abrir más puertas para el éxito de su hijo.

Preguntas abiertas:

- "Cuando piensa en el futuro, ¿para cuáles situaciones le gustaría estar preparado?"
- "¿Qué lo ayuda a sentirse seguro o listo si surgen gastos inesperados?"
- "Además del dinero, ¿qué recursos o artículos posee que le brindan una sensación de seguridad?"
- "Si pudiera tomar un solo paso para sentirse más preparado para el futuro, ¿cuál sería?"
- "¿Cómo influiría en la seguridad de su familia el alcanzar sus metas de planificación o ahorro?"
- "¿Cuál es un pequeño cambio que podría comenzar a hacer y que le ayudaría a sentirse más preparado para futuras oportunidades o desafíos?"
- "Si se encontrara sin sus ingresos actuales por un tiempo, ¿cómo podría manejar sus gastos considerando los otros apoyos que tiene?"
- "¿Cuáles han sido algunas de sus experiencias previas con el ahorro de dinero?"
- Ahorrar no siempre significa apartar dinero en el banco. ¿Cuales son algunas de las formas que le permitieron generan ahorros en el pasado?
- ¿Cuáles son algunos de sus activos personales? (Los activos personales son cosas que tienen un valor actual o futuro que pertenecen a un individuo o grupo familiar).

Notas:

Planificación de la educación y capacitación: aprendizaje

Declaración introductoria:

Aprender abre puertas a nuevas oportunidades y puede ser un paso esencial para alcanzar sus metas y crear estabilidad a largo plazo para su familia. Si bien muchas personas piensan primero en la universidad, el aprendizaje puede darse de muchas maneras: a través de prácticas profesionales, capacitación en el trabajo, clases comunitarias, certificaciones, mentorías o incluso iniciando su propio negocio.

Este pilar trata sobre explorar las rutas de aprendizaje que mejor se adapten a usted y a su familia. Adquirir conocimientos y habilidades, sin importar dónde o cómo, puede aumentar su confianza, ampliar sus oportunidades y ayudarlo a construir el futuro que desea.

Preguntas abiertas:

- "¿Cuáles son algunas habilidades o conocimientos que ya posee y de los que se siente orgulloso?"
- "¿Puede contarme sobre una ocasión en la que aprendió algo nuevo que realmente lo ayudó a usted o a su familia?"
- "¿Hay cosas que se haya enseñado a sí mismo o aprendido fuera de la escuela que le hayan sido útiles?"
- "¿Alguna vez ha considerado aprender a través de un programa como una pasantía, certificación o clase comunitaria?"
- "¿Hay personas en su vida de las que haya aprendido habilidades, como familiares, amigos o mentores?"
- "¿Le interesaría aprender sobre cómo iniciar su propio negocio o proyecto adicional?"

Notas:

Empleo y gestión profesional: niveles de ganancias

Declaración introductoria:

Comprender su nivel de ingresos es un paso importante para planificar el futuro de su familia. Su nivel de ingresos afecta su capacidad para satisfacer las necesidades de su familia, reducir el estrés y crear oportunidades para sus hijos. Incluso pequeños pasos hacia mayores ingresos pueden marcar una diferencia significativa para reducir el estrés, abrirle puertas a su hijo y ayudar a su familia a prosperar. Aunque actualmente no esté trabajando por un salario, aún podemos revisar sus recursos generales y lo que podría ayudarlo a sentirse seguro mientras planifica para el futuro.

Preguntas abiertas:

- "¿Puede hablar sobre su empleo actual? ¿Hay oportunidades de crecimiento en su trabajo actual?"
- "¿Qué aprendió de trabajos anteriores sobre lo que más disfrutaba o en lo que era bueno?"
- "¿Qué fortalezas, habilidades o experiencias siente que podría aportar a un trabajo o carrera profesional que sea importante para usted?"
- "Cuando piensa en su futuro, ¿qué tipo de trabajo o carrera profesional le resulta significativo o emocionante?"
- "Si quisiera generar más ingresos o apoyo, ¿cómo se vería eso para su familia?"
- "¿Hay programas, beneficios u oportunidades sobre los que le gustaría aprender más y que podrían ayudarlo a lograr estabilidad financiera?"

Notas:

*Si desea obtener copias de este documento en otro formato o idioma, comuníquese con DCYF Constituent Relations (Relaciones del Constituyente del DCYF) (1-800-723-4831 | 360-902-8060, **ConstRelations@dcyf.wa.gov**).*

DCYF PUBLICATION EL_0023 SP (12-2025) Spanish