



## **Elemento Fundamental 20: Tiempo en Casa**

### **La importancia del tiempo en casa**

La vida no siempre es fácil de navegar. El trabajo, la escuela, las actividades, amigos y otras obligaciones pueden a veces alejar a los miembros de la familia en vez de acercarlos. Muy frecuentemente nos sentimos como que todos están viajando por diferentes rumbos. Pero no es necesario cambiar su mapa para encontrar el tiempo familiar. Usted simplemente debe de ser creativo. **Tiempo en casa** es el elemento fundamental 20 de los 40 Elementos Fundamentales del Desarrollo del Instituto Search, que son las cualidades, experiencias y relaciones que ayudan a la gente joven a crecer de manera sana, responsable y que se interesa por los demás.

### **Aquí están los hechos**

Las investigaciones demuestran que pasando tiempo de calidad con la familia ayuda a la gente joven a fortalecer las habilidades tales como el liderazgo, la buena salud y el éxito escolar. Al rededor del 51 por ciento de la gente joven, de edades 11–18, pasa no más de dos noches a la semana fuera con los amigos “sin nada en especial que hacer”, de acuerdo a las encuestas conducidas por el Instituto Search. Proteger a la gente joven de comportamientos de alto riesgo y ayudándola a desarrollar comportamientos positivos es más fácil cuando ustedes pasan tiempo juntos como familia.

### **Consejos para construir este elemento fundamental**

Simplemente empiecen a pasar tiempo juntos: Primero, escojan una actividad que la familia entera disfrute. Luego, arreglen para hacer la actividad juntos durante un atardecer por semana. Decidan si debieran continuar con esta actividad basándose en el “factor de diversión”: ¿Qué tan seguido se ríen juntos? ¿Se divierten juntos? ¿Disfrutan estar con cada uno?

### **También intente esto**

**En su hogar y en familia:** Juntos cocinen la cena, con cada miembro de la familia preparando un platillo. Luego, por diversión cambien la rutina, coman el postre primero.

**En su vecindario y comunidad:** Invite al amigo de su hijo(a) y a su familia a que los acompañen en una noche de “tiempo familiar”—películas, juegos, palomitas, etc.

**En su escuela o programa juvenil:** Evite planear reuniones o prácticas que tengan un conflicto con la hora de la cena. Es importante que las familias coman juntos a la hora de la cena.

¿Quiere saber más sobre los 40 Elementos Fundamentales del Desarrollo e ideas para ayudar a la gente joven a construirlos? Visite la página de Internet [www.search-institute.org/assets](http://www.search-institute.org/assets) .

-----  
Los Elementos Fundamentales del Desarrollo® son factores positivos dentro de la gente joven, las familias, las comunidades, las escuelas y otros lugares los cuales las investigaciones han encontrado son importantes en promover el desarrollo sano de la gente joven. Extraído de *Elementos Fundamentales al Instante: 52 Correos Electrónicos Cortos y Simples para Compartir el Mensaje de los Elementos Fundamentales*. Derechos reservados © 2007 por Search Institute®, 877-240-7251; [www.search-institute.org](http://www.search-institute.org). Este mensaje se puede reproducir solamente para uso educativo y no comercial (con esta línea de derechos reservados). Todos los derechos reservados

*For more information, please contact:*

*Lee Spiegel*

*Pulaski Community Partners Coalition*

*540-980-3228*

[PCPCI@verizon.net](mailto:PCPCI@verizon.net)

[www.aboutpcpc.org](http://www.aboutpcpc.org)

