

SALUD MENTAL Y USO DE SUSTANCIAS

# CONVERSACIÓN CON LA COMUNIDAD

GUÍA PARA EL FACILITADOR

**HÁBLAME**  
TE ESCUCHO.ORG

# BIENVENIDA

El Organizador local da la bienvenida a los participantes, hace los comentarios de inauguración y presenta a los facilitadores.

## SESIÓN 1, GRUPO PEQUEÑO:

Presentaciones y construcción de comunidad

**META: Conocernos entre sí, revisar las pautas para el debate, hablar sobre lo que la salud mental significa para cada uno de nosotros y para nuestra comunidad.**

FACILITADOR:	Consejos prácticos para el Facilitador. Notas
<p>El Organizador local o el Presentador reseña las pautas para el debate en la conversación con la comunidad:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Todas las voces son iguales.</li><li>• Escúchense unos a otros. Trátense con respeto.</li><li>• Cada persona tiene la oportunidad de hablar.</li><li>• Hable una persona a la vez.</li><li>• Hable por sí mismo, más que por el “grupo.”</li><li>• Se puede estar en desacuerdo. Si está descontento, dígalo y explique por qué.</li><li>• No se desvíen del tema.</li><li>• Si se habla de personas que no están presentes, no decir sus nombres.</li><li>• Una parte de lo que hablemos aquí pueden ser cuestiones muy personales. No hablaremos de ninguna historia personal con otras personas sin la debida autorización.</li><li>• Ayuden a que el Facilitador avance en los temas por tratar.</li></ul>	
FACILITADOR:	Consejos prácticos para el Facilitador. Notas
<p>Dé la bienvenida a cada persona en la mesa.</p> <p>Explique que su papel es facilitar el debate, no formar parte de él expresando sus propias opiniones. Pídale a un voluntario que tome notas sobre las historias narradas, las ideas y los retos.</p> <p>Trabaje sobre las preguntas del debate:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Alguien tiene preguntas sobre las pautas para el debate? ¿Hay algunas otras pautas que ustedes quisieran añadir a la lista?</li><li>2. Pida a cada persona que por favor diga su nombre y que cuente en una o dos frases por qué quiso formar parte de esta conversación con la comunidad.</li></ol>	<p>Usted no tiene que tratar con detalle cada una de las preguntas. Elija aquellas preguntas que usted crea que funcionarán mejor para su grupo.</p> <p>Desde un principio, las personas pueden proponer ideas sobre cómo promover una mejor salud mental. Dígale al grupo que continuarán conversando más adelante sobre las posibles ideas para tomar acción, pero pídale al voluntario que toma notas que lleve una lista de todas las “Ideas para tomar acción” que vayan surgiendo a lo largo del debate.</p> <p>Para la pregunta #2, avance alrededor de la mesa con el fin de dar a cada persona la oportunidad de responder. Después de esto, usted no tiene que avanzar alrededor de la mesa de manera ordenada, pero asegúrese de que todo aquel que desee hablar tenga la oportunidad de hacerlo.</p>

3. ¿Por qué es importante la salud mental para el participante y para su comunidad?
4. Pida a la persona que describa una experiencia en su vida que refleje lo que piensa sobre la salud mental.
5. ¿Qué esperan ustedes que podamos lograr a través de este diálogo?

Si la gente comparte cosas que ya se están poniendo en práctica para mejorar la salud mental, haga otra lista llamada "Cosas que ya estamos haciendo".

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## PANEL DE DISCUSIÓN

### El impacto de los problemas de salud mental y el uso de sustancias en las comunidades

El panel debatirá sobre lo que está sucediendo en la comunidad local y cuáles son las señales que hay que buscar, así como sobre las historias personales y los recursos disponibles.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# SESIÓN 2, GRUPO PEQUEÑO:

## Exploración sobre cómo responder

**META:** Identificar cuáles son los retos en nuestra comunidad y algunas ideas para superar esos retos.

FACILITADOR:	Consejos prácticos para los facilitadores. Notas
<p>Repase los temas abordados por el panel de discusión.</p> <p>Trabaje sobre las preguntas del debate:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Qué más podemos hacer para responder, como individuos, con otros grupos pequeños y como comunidad?</li><li>2. ¿Qué ideas parecen más realizables?</li><li>3. ¿Qué nos hace falta para poder realizar estas ideas? ¿Quiénes tendrían que involucrarse y qué tendrían que hacer?</li><li>4. ¿Cuáles son las principales ideas para tomar acción que nos gustaría compartir con el grupo más grande, o en las que podríamos avanzar después de esta reunión?</li></ol>	<p>Las ideas para tomar acción son cosas que podemos hacer. Ayude a que su grupo dé detalles concretos.</p> <p>En lugar de: “Necesitamos más servicios de salud mental en nuestras escuelas,” intente esto: “Debemos reunirnos con los funcionarios de las escuelas para hablar sobre los servicios de salud mental.”</p> <p>Todas las ideas son válidas. No juzgue las ideas. Cualquier persona puede proponer una idea. Pídale al voluntario que toma notas que lleve un registro de todas las ideas.</p> <p>Procure no atorarse en los detalles de cualquier idea en particular.</p>

---

---

---

## DEBATE DEL GRUPO GRANDE – ¿CUÁLES SON LOS PRÓXIMOS PASOS?

Los facilitadores compartirán los puntos más destacados de cada uno de los debates en la mesa. El panel proporciona información sobre los recursos y sobre cuáles son los próximos pasos para el proceso.

---

---

---

---

Observaciones para terminar:	Notas del Facilitador

