

MANUAL PARA EDUCADORES/AS DE PERSONAS ADULTAS (PROYECTO “GAMMOPOLY”)



ÍNDICE

MANUAL PARA EDUCADORES/AS DE PERSONAS ADULTAS (PROYECTO “GAMMOPOLY”)	1
¿CÓMO PUEDE CONTRIBUIR UN JUEGO DE MESA A NUESTRO DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL?.....	3
CONCEPTOS PRINCIPALES EN EL DESARROLLO DE “GAMMOPOLY”	7
✓ ETAPAS DEL CICLO VITAL (TEORÍA).....	7
✓ COMPETENCIAS PARA LA EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS.....	10
✓ COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DESARROLLADAS MEDIANTE “GAMMOPOLY”: HABILIDADES BLANDAS	11
✓ COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DESARROLLADAS MEDIANTE “GAMMOPOLY”: HABILIDADES DURAS.....	14
EL JUEGO DE MESA “GAMMOPOLY”	15
✓ MECÁNICA DEL JUEGO	17
USAR “GAMMOPOLY” EN LA EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS	18
✓ METODOLOGÍA (VERSIÓN PARA HACER UN TALLER).....	20
✓ RECOMENDACIONES PARA EDUCADORES/AS DE PERSONAS ADULTAS Y ORGANIZACIONES.....	23
BIBLIOGRAFÍA	25

¿CÓMO PUEDE CONTRIBUIR UN JUEGO DE MESA A NUESTRO DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL?

Los juegos de mesa se practican moviendo sus piezas de forma particular, en tableros especiales marcados con patrones.

Para aclarar las posibles **funciones del uso de los juegos de mesa** en la medicina psicosomática, se evaluaron los estudios que investigaron los **efectos de esta actividad en la educación y el tratamiento de la salud**.

Una búsqueda bibliográfica hecha entre enero de 2012 y agosto de 2018 identificó **83 artículos relevantes**:

- **56** de estos artículos tenían como objetivo la **educación** o el **entrenamiento para problemas relacionados con la salud**.
- **6** de esos artículos examinaron **mecanismos cerebrales básicos**.
- **5** de esos artículos evaluaron **medidas preventivas para la demencia** o contribuciones al **envejecimiento saludable**.
- **3** de esos artículos evaluaron la **comunicación social** o las políticas de salud pública.

Los resultados de varios ensayos controlados y aleatorios indicaron que los **juegos de mesa tradicionales** (por ejemplo, el ajedrez) ayudan a mejorar el deterioro cognitivo y la depresión.

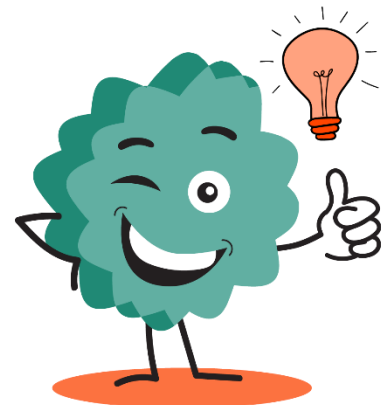
También indicaron que los **juegos de mesa de reciente creación** son beneficiosos para **modificar el comportamiento**: por ejemplo, para promover una alimentación sana, dejar de fumar, etc.

Hay **pocos estudios que evalúen el uso de los juegos de mesa en términos de salud mental**.

Sin embargo, muchos estudios han ofrecido **resultados interesantes** en relación con la **función cerebral**, los **efectos cognitivos** y la **modificación de los factores de estilo de vida** respecto a la salud.

En el campo de la **medicina psicosomática**:

- A veces, el juego de mesa se considera una actividad de **ocio**.
- Se ha demostrado que la **participación** en dichos juegos **protege contra la demencia y el deterioro cognitivo** en las personas mayores.



Los juegos de mesa **mantienen el cerebro joven** durante más tiempo.

Jugar es beneficioso, sobre todo cuando se envejece: un cerebro activo tiene menos riesgo de deterioro cognitivo.

Un estudio demostró que jugar a juegos de mesa estaba asociado a un **menor riesgo de demencia y de Alzheimer**.

Los juegos de mesa también ayudan al **desarrollo cognitivo y social de los niños y niñas**.

Dichos juegos pueden enseñar **habilidades sociales útiles**, como seguir las reglas, respetar los turnos y compartir con los demás. También fomentan las **habilidades cognitivas**, desde reconocer números y patrones hasta realizar cálculos y estimaciones más complejos.

En algunos juegos de mesa se usa una mezcla de **lógica, habilidades matemáticas y pensamiento abstracto**, mientras se planifican las próximas jugadas y se idean formas de contrarrestar las acciones de los/as amigos/as.

Un estudio demostró que estos juegos ayudan a **reducir el estrés, favorecen el equilibrio mental y ayudan a la relajación**.

Esto puede ser así porque los juegos de mesa ofrecen evasión, una oportunidad de dejar atrás las preocupaciones diarias por un rato y hacer algo diferente.

Los juegos de mesa también son una forma estupenda de **conectar con los demás**, de **alejarse de los problemas** cotidianos durante unas horas y de **ejercitar el cerebro**.

Los juegos de mesa ayudan a **reducir el aislamiento**.

La mayoría de juegos de mesa están diseñados para **jugar en grupo**.

Tener un grupo de gente con quien jugar ayuda a **evitar la soledad** y a crear **relaciones positivas con los demás** (cosas que se asocian a una **buena salud mental**).

Los juegos de mesa ofrecen una forma estructurada de **conocer a otras personas**.

En vez de entablar una conversación desde 0, tener un juego como centro de la actividad permite que las amistades se construyan lentamente, de una manera menos formal.

Los juegos de mesa **fomentan la cohesión familiar**.

Hay muchos juegos para familias o diseñados para que los/as adultos/as los disfruten, pero que también son lo suficientemente sencillos como para que alguien de 10 años se haga con ellos (e incluso gane).

Un juego de mesa es una oportunidad para que la familia participe en algo, juntos/as.

Los juegos de mesa ofrecen la oportunidad de una **mayor interacción cara a cara** con los demás, lo que favorece la salud mental.

Mientras se juega a un juego de mesa, ya sea **compitiendo o colaborando**, se está participando de forma activa, en persona.

Las familias que pasan tiempo juntas en actividades agradables tienen un **mejor vínculo emocional** y una **mejor comunicación** entre ellos/as.

CONCEPTOS PRINCIPALES EN EL DESARROLLO DE “GAMMOPOLY”

✓ ETAPAS DEL CICLO VITAL (TEORÍA)

- 1. Etapa de experiencias en la familia de origen:** se mantienen las relaciones con padres/madres, hermanos/as y similares. En general, termina cuando la persona finaliza sus estudios secundarios (o Bachillerato).
- 2. Etapa de emancipación (dejar el hogar):** es un momento de diferenciación del “yo” respecto a la familia de origen. Se desarrolla la relación adulto-adulto con los padres y madres. Puede darse el caso de que la persona inicie una carrera o grado universitario.
- 3. Etapa prematrimonial (relación estable):** es el momento donde la persona tiene una relación. Puede decidir **casarse, cohabitar o no hacerlo**. Cuando una pareja se une, también lo hacen **2 tradiciones familiares** y se prepara el terreno para integrar estas en una nueva tradición (con sus normas, valores, reglas, roles y rutinas). La **toma de decisiones** en esta etapa **no siempre es fácil**. Por ello, las parejas pueden acudir a un terapeuta matrimonial y/o familiar para abordar esto.

4. Etapa de pareja sin hijos/as: se desarrolla una **forma de convivencia basada en la realidad**, no en la proyección mutua.

Se reajustan las relaciones con las familias de origen.

5. Etapa de familia con hijos/as: se ajusta el sistema matrimonial o de pareja para dejar espacio a los/as hijos/as. Se adoptan **roles de crianza**.

También es el momento donde **se reajustan las relaciones con las familias de origen**.

Los/as **niños y niñas se desarrollan** y crean relaciones con sus iguales.

En esta etapa, los padres y madres deben establecer **rutinas** para **satisfacer las necesidades de los/as niños/as**.

6. Etapa de familia con adolescentes: esta etapa está marcada por la **entrada de los/as niños/as en la adolescencia**.

Por ello, hay que **ajustar las relaciones** entre padres/madres e hijos/as para que los/as adolescentes tengan más autonomía.

Al mismo tiempo, puede darse el caso de tener que asumir la responsabilidad de **cuidar a algún miembro de la familia de origen** (por ejemplo, los/as abuelos/as que envejecen).

Es una **etapa muy compleja y exigente** del ciclo vital familiar, sobre todo para los padres y madres de los/as adolescentes.

7. Etapa en la que los/as hijos/as se emancipan (se van de casa): esta etapa se refiere a la transición de los/as **hijos/as jóvenes adultos/as fuera del hogar**.

Esta transición conlleva el desarrollo de una **relación menos jerárquica** entre padres/madres e hijos/as.

Los padres y madres deben adaptarse a:

- Vivir de nuevo en pareja.
- Lidar con las discapacidades y la muerte en sus familias de origen.
- La expansión de la familia, si sus hijos/as tienen bebés.

El proceso de **revalorización de la mediana edad**, iniciado en la etapa anterior, adquiere un protagonismo especial cuando el nido se vacía.

8. La vida posterior: en esta etapa, la familia debe afrontar el **declive fisiológico** de los padres y madres, y la proximidad de la muerte, mientras desarrolla rutinas para **beneficiarse de la sabiduría y experiencia de los/as mayores**.

Una cuestión central para la familia en esta etapa es la de **hacer frente a una posible enfermedad terminal** y a la inevitabilidad de la muerte (y, en última instancia, al duelo).

Tras el duelo o durante la adaptación a la enfermedad que amenaza la vida, las familias pueden ir a terapia.

✓ **COMPETENCIAS PARA LA EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS**

Durante el juego “Gammopoly”, los/as participantes tienen la oportunidad de **desarrollar sus competencias**.

La competencia durante este juego es un concepto amplio que combina **habilidades, conocimientos y comportamientos**.

En particular, las **habilidades** que los/as participantes podrán desarrollar con este juego **se dividen en 2:**

- **Habilidades blandas:** relacionadas con las **habilidades interpersonales** (de cada individuo) y con la relación con otras personas.

Son parecidas a las **emociones o percepciones** que nos permiten **entender a los demás**.

Durante el juego, los/as participantes pueden reflexionar sobre las habilidades blandas que necesitan desarrollar.

Tras descubrir qué necesitan durante el juego, será el momento de desarrollar esas habilidades. Por ejemplo: en el trabajo, en actividades de voluntariado, en programas de formación y clases, etc.

- **Habilidades duras:** son parte de las habilidades que **se requieren para que un individuo haga su trabajo con éxito**.

Durante “Gammopoly”, los/as participantes descubrirán qué habilidades necesitan y que las pueden adquirir mediante: programas de educación y formación formales, clases de

formación de corta duración, cursos por Internet y programas de certificación, así como formación en el puesto de trabajo. Es importante que los/as participantes incluyan sus **conocimientos** y su **comportamiento** durante el proceso de aprendizaje.

✓ **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DESARROLLADAS MEDIANTE “GAMMOPOLY”: HABILIDADES BLANDAS**

Los y las participantes pueden desarrollar algunas **habilidades blandas** durante las diferentes etapas del juego:

- **Pensamiento crítico:** la base del pensamiento crítico es ser capaz de **pensar de forma racional y reflexiva**.

Las empresas buscan trabajadores/as capaces de reflexionar sobre un problema o proyecto, adoptando las mejores soluciones.

Los/as pensadores/as críticos/as idean formas de trabajar nuevas y mejores.

Esta es una habilidad que no tiene precio en un currículum.

- **Comunicación:** es muy valioso comunicarse (por escrito o de forma verbal) con compañeros/as, jefes/as y clientes, en cualquier situación.

Cuanto más capaz sea alguien de comunicarse con eficacia y eficiencia dentro de su equipo de trabajo, mejores resultados podrá obtener.

- **Inteligencia emocional:** la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de **identificar y gestionar las emociones** propias y las de los demás.

En el trabajo, esto significa ser **racional y equilibrado/a**, capaz de **gestionar los altibajos** sin sentirse presionado/a y de **mantener la claridad**.

- **Relación interpersonal:** es una **asociación o conocimiento fuerte o profundo entre 2 o más personas** que puede variar en duración (corta o larga).

El contexto puede ir desde las **relaciones familiares** o de parentesco, hasta la **amistad**, el **matrimonio**, el trabajo, los barrios e incluso los lugares de culto.

- **Resiliencia:** es el **proceso de adaptación a diversos acontecimientos** de adversidad, traumas, tragedias, amenazas o **fuentes significativas de estrés**.

Por ejemplo: adaptación a los problemas familiares y de relación, a los problemas graves de salud o los estresores laborales y financieros.

La resiliencia es complementaria a otras habilidades blandas, que pueden ayudar a superar obstáculos y dificultades en la vida laboral.

- **Flexibilidad:** muchas organizaciones buscan empleados/as que **se adapten a cualquier situación** o con **capacidad para usar métodos y enfoques diferentes**.

La flexibilidad desempeña un papel fundamental en todos los contextos.

Esta subraya la **capacidad de la persona para encontrar la solución adecuada** en cualquier tipo de contexto.

- **Trabajo en equipo:** saber trabajar en equipo es una característica cada vez más importante en el ámbito laboral (y fuera de él).

Trabajar en equipo significa **saber cooperar, saber relacionarse con los demás**.

Ser capaz de trabajar en equipo ayuda a crecer profesional y personalmente.

- **Toma de decisiones:** la toma de decisiones es el proceso de **identificación y elección de alternativas**, basadas en los valores, las preferencias y las creencias de la persona.

Cada proceso de toma de decisiones produce una elección final, que puede requerir o no una acción.

Las decisiones que tomamos, la forma en que lo hacemos y el resultado nos llevan a perfilar nuestro camino.

Los y las participantes pueden desarrollar otras habilidades que no estén en esta lista.

✓ **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DESARROLLADAS MEDIANTE “GAMMOPOLY”: HABILIDADES DURAS**

Los y las participantes pueden desarrollar algunas habilidades duras durante diferentes fases del juego:

- **Negociación:** la negociación se refiere a la capacidad de **saber tratar con otros individuos o grupos**, que se comunican de forma interactiva **para llegar a un acuerdo** sobre algo.
- **Gestión de proyectos:** muchos trabajos requieren habilidades de gestión de proyectos.

La capacidad de **gestionar el flujo de tareas y completar los encargos a tiempo** es parte de la gestión de proyectos.

El **objetivo principal** de la gestión de proyectos es **prever los peligros y los posibles problemas** que podrían obstaculizar el éxito de un proyecto.

Para ello, hay que planificar, organizar y controlar las actividades.

- **Conocimiento de redes sociales:** la gestión profesional de redes sociales es una habilidad difícil de medir.

Por un lado, se trata de **conocer las funciones del sitio en cuestión** y tener cierta **experiencia** para atraer la mayor atención posible.

Al mismo tiempo, es importante que la empresa evalúe correctamente la **relevancia**, el **alcance** y el **grupo objetivo** de estas redes, para obtener todos sus beneficios.

- **Gestión del cambio:** se refiere a la **capacidad de desarrollar nuevas estrategias, sistemas y procesos**, para cambiar y redefinir una empresa (o parte de ella).

Esto permite a quien gestiona el cambio **reorganizar estructuras** y transformarlas.

Los y las participantes pueden desarrollar otras habilidades que no estén en esta lista.

EL JUEGO DE MESA “GAMMOPOLY”

El **objetivo principal** del juego “Gammopoly” es **mejorar las competencias vitales** de las **personas adultas**, durante diferentes etapas del ciclo vital.



Para ello, utiliza el **aprendizaje basado en el juego**.

Los/as jugadores y jugadoras tendrán que **cooperar** con sus compañeros/as para afrontar los retos que encontrarán durante el juego.

“Gammopoly” es un juego para conocer a tu pareja y para compartir tu forma de ser con otros/as jugadores/as (y viceversa); por ello, intenta **justificar tus elecciones** durante el juego.

Se juega **por parejas**: estas parejas representan a familias que viven su vida y todos sus entresijos.

El **tiempo** está representado por **relojes**: tienes que gastarlo de forma estratégica para obtener todos los puntos de victoria posibles al final del juego.

- ¿Cuál sería la estrategia óptima?
- ¿Priorizarás el trabajo o el ocio?
- ¿Quién se ocupará de la familia o del proyecto común?
- ¿Quién se encargará de las tareas domésticas?
- Conoce a tu pareja y conócete a ti mismo/a con este juego de mesa.
- Pueden jugar a “Gammopoly” de 2 a 4 parejas.

Hay **2 opciones** para jugar, una versión larga y otra corta:

- La **versión larga** tiene **9 rondas**.

El tiempo de juego estimado para esta versión es de **unos 45 minutos** por familia.

- La **versión corta** tiene **6 rondas**.

El tiempo de juego estimado para esta versión es de **unos 30 minutos** por familia.

Si es la primera vez que jugáis, os recomendamos hacer una ronda de demostración.

✓ MECÁNICA DEL JUEGO

En el **tablero principal**:

- Se juegan 9 rondas, divididas en 3 etapas vitales.
- Hay 3 mazos de cartas: cartas de actividad, cartas de compras y cartas de eventos.
- Ciertos iconos recuerdan las reglas a tener en cuenta en cada ronda.

En el **tablero de familia**:

- Hay 2 espacios para las cartas de personajes: 1 para el/la jugador/a verde y otro para el/la jugador/a naranja.
- Hay puntos de socialización para el/la jugador/a verde y para el/la jugador/a naranja.
- Hay puntos de educación para el/la jugador/a verde y para el/la jugador/a naranja.

USAR “GAMMOPOLY” EN LA EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS

El juego de mesa “Gammopoly” puede utilizarse como **herramienta de educación no formal y desarrollo personal** para muchos propósitos.

Por ejemplo:

- Para **conocer las etapas vitales** y los retos que conlleva cada una.
- Para **conocer la psico-educación** relacionada con las etapas del ciclo vital de la familia
- Para desarrollar **habilidades vitales** (blandas y duras).
- Para **crear equipos** y desarrollar **habilidades de trabajo en equipo** y de **gestión de recursos**.
- Para desarrollar habilidades de **toma de decisiones**.
- Para desarrollar habilidades de **comunicación y negociación** eficaces en la familia, en talleres o sesiones de grupo de psicoterapia familiar y de pareja.
- Para desarrollar **muchas otras habilidades y objetivos**, según cómo se haga la puesta en común y cómo se saquen las conclusiones en el grupo objetivo.

El juego está pensado para **personas adultas** (mayores de 18 años), pero también pueden jugar **adolescentes** (de entre 14-15 años).

De ese modo, “Gammopoly” puede servir a estos/as adolescentes en su **desarrollo personal** y en su **preparación para la vida adulta**.

Este juego de mesa es **complejo**.

Para usar “Gammopoly” como herramienta de trabajo, el número ideal de personas es de 8 personas (si hay un tablero y 4 familias) o de 12 personas (si hay 2 tableros, 3 familias en cada uno).

Si se juega con 2 tableros, es importante tener 2 facilitadores/as que puedan ayudar a los/as participantes a comprender el juego.

El **paquete de juegos** incluye:

- ✓ El **Manual** para educadores/as de personas adultas.
- ✓ El **juego de mesa “Gammopoly”**: puedes descargar los [tableros a través de este enlace](#).
- ✓ **Impresos** para la puesta en común y herramientas de retroalimentación.

Todo este material puede descargarse gratuitamente, indefinidamente, del sitio web del proyecto. Puedes acceder a la [página web a través de este enlace](#).

✓ **METODOLOGÍA (VERSIÓN PARA HACER UN TALLER)**

1. Introducción y ejercicios para romper el hielo: es el momento de dar la bienvenida a los y las participantes. Es recomendable hacer una presentación breve del objetivo del taller.

Proponemos 2 ejercicios para comenzar:

- El primero consiste en que los/as participantes creen un escudo.

Dentro de este, tendrán que poner lo siguiente: su nombre, una afición que tengan, sus habilidades, un animal tótem, la música que les gusta y su comida favorita.

- El segundo ejercicio consiste en que los/as participantes escriban su nombre y, con cada una de las letras, que completen una palabra que les defina.

2. Descripción de las actividades: es el momento de presentar las reglas del juego y de hacer una breve demostración.

Después, los/as participantes comienzan a jugar a “Gammopoly”.

Es importante que el/la facilitador/a preste atención a la **dinámica del juego** y que esté preparado/a para ayudar a los/as participantes.

3. Puesta en común y conclusiones: cada participante tendrá una **hoja con preguntas** que debe responder de forma individual.

Luego, los/as participantes debatirán sus respuestas en parejas.

Por último, los/as participantes compartirán las respuestas y debates en el grupo principal, todos/as juntos/as.

A continuación, hay algunos **ejemplos de preguntas** para la puesta en común:

- ¿Cómo fue la organización con vuestro compañero/a?
- ¿Cómo organizasteis el juego?
- ¿Cómo fue la dinámica en vuestras parejas y en grupos?
- ¿En qué momento os llevó más tiempo decidir?
- Durante el cambio de etapa, ¿mantuvisteis la misma estrategia o la cambiasteis en algún momento?
- ¿De qué os disteis cuenta sobre vosotros/as mismos/as y sobre vuestras parejas durante el juego?
- ¿Haríais cambios en vuestras vidas tras este juego? Sed específicos/as.
- ¿Cómo fue la experiencia de participar en este juego?
- ¿Hubo algún punto de inflexión durante el juego?
¿Cuáles? ¿Qué hicisteis en esos momentos?
- ¿Qué aprendisteis sobre las etapas vitales? ¿Qué fue lo más difícil?

- ¿Cuál fue vuestra prioridad durante el juego, ganar o colaborar, disfrutando del proceso?
- ¿Qué descubristeis de vosotros/as mismos/as, que no sabíais antes? ¿Qué os sorprendió?

4. Informe: el/la facilitador/a deberá usar un **documento de reflexión o informe** para ayudar a los/as participantes a ser conscientes del impacto del juego “Gammpoly” en ellos/as. Los/as participantes completarán este documento de forma individual.

Después, los/as participantes debatirán en parejas sus conclusiones.

Tras este debate, el/la facilitador/a pedirá a cada participante que comente su conclusión final en el grupo principal.

Algunos **ejemplos de preguntas** de este documento/informe son:

- ¿Qué te ha parecido el juego?
- ¿Cómo valoras la dinámica del grupo?
- ¿Cómo fue la dinámica con tu pareja?
- ¿Hubo algún punto de inflexión durante el juego?
¿Cuándo y qué pasó?
- ¿Qué has aprendido sobre ti mismo/a?
- ¿Qué implementarías de este juego en tu vida diaria?
- ¿Cómo describirías esta experiencia, con algunas palabras clave?

5. Evaluación: El/La facilitador/a debe hacer una **evaluación** de **cómo ha funcionado** el taller.

También debe evaluar cómo ha conseguido relacionarse con el grupo y ayudar a las personas a ser conscientes de las competencias que han desarrollado durante el taller.

Para la evaluación, proponemos que haya una evaluación del/la facilitador/a y otra evaluación de los/as participantes.

6. Documento de retroalimentación/feedback: Para entender cómo el juego de mesa “Gammopoly” es eficiente con los grupos objetivo, se puede usar un **documento de retroalimentación** para los/as facilitadores/as y para los/as participantes.

Este documento debe incluir:

- Notas o comentarios sobre la idea del juego.
- Lo que les ha gustado del juego.
- Lo que no les ha gustado del juego.
- Que dejen un recuerdo o anécdota del juego.

✓ RECOMENDACIONES PARA EDUCADORES/AS DE PERSONAS ADULTAS Y ORGANIZACIONES

Para utilizar el juego de mesa “Gammopoly” como herramienta de desarrollo personal y educación no formal, es importante **tener en cuenta los siguientes aspectos:**

- Que los/as **facilitadores/as, voluntarios/as** y quienes organicen sesiones de juego conozcan bien el **concepto** y la **finalidad educativa** de “Gammopoly”.
- Conocer muy bien las **etapas del ciclo vital de la familia**.
- Asignar el **tiempo suficiente** en función de:
 - La versión que se elija (corta o larga).
 - El número de participantes: se recomienda con 3 o 4 familias, pero también se puede jugar con 2 familias.
 - Los objetivos: por ejemplo, ocio, creación de equipos, talleres para familias, etc.
- Que los/as **facilitadores/as echen una partida de prueba** antes de organizar las actividades.

Así, experimentarán la posición del/la jugador/a y comprenderán las reglas y retos del juego, y la dinámica del grupo.
- Todos los **componentes del juego deberían ser accesibles** para todos/as los/as jugadores.
- Los/as **facilitadores/as deben leer todas las cartas** antes de la actividad.

Así, se aseguran de que pueden explicar a los/as participantes su contenido, si necesitan ayuda o si una carta no es muy clara.

- Antes de empezar la actividad, hay que identificar las **necesidades de los/as participantes**, su **edad** y la **relación** entre ellos/as.

Así, se facilita la dinámica de grupo y el juego logra sus objetivos.

- Tener una **actitud abierta** hacia los planteamientos y conclusiones de los/as participantes.

Como es un juego de mesa que abarca muchos temas de la vida de las personas, puede llegar a **temas sensibles** para algunos/as jugadores/as.

Si se desencadenan **emociones fuertes**, hay que intentar gestionarlas sin exponer demasiado a la persona ante el grupo.

BIBLIOGRAFÍA

- Barón, B. (2016). *Así es la familia española en 80 datos*. Disponible en el siguiente enlace:
https://www.lainformacion.com/asuntos-sociales/familia-espanola-datos_0_916109537.html?autoref=true
- Etapasdeldesarrollohumano.com. *Información y preguntas sobre el desarrollo humano*. Disponible en el siguiente enlace:
<https://www.etapasdesarrollohumano.com/>

- Eurostat (Europa.eu). *Women in the EU are having their first child later*. Products Eurostat News. Disponible en el siguiente enlace: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/ddn-20210224-1>
- McGoldrick, M., Carter, B., García, N. (2014). *The expanded family life cycle. Individual, family, social perspectives*. Pearson Education Limited.
- Universidad Internacional de Valencia (2016). *Psicología evolutiva y etapas del desarrollo*. Disponible en el siguiente enlace:
<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/psicologia-evolutiva-y-etapas-del-desarrollo>