



Las Familias Hacen la Diferencia

Plan de Estudios para la Crianza

Este documento presenta el plan de estudios para la crianza de las herramientas "Las Familias Hacen la Diferencia" del Comité Internacional de Rescate (IRC por sus siglas en inglés). Este plan de estudios está destinado para ser utilizado por los facilitadores de los grupos de padres proporcionando capacitación en destrezas para padres con niños de 0 a 5 años de edad y se fundamenta en la revisión bibliográfica de Las Familias Hacen la Diferencia.

El plan de estudios para la crianza se basa en otras sesiones de capacitación desarrolladas y puestas a prueba por el IRC en Burundi, Liberia y Tailandia, y se fundamenta en programas basados en evidencia, tales como el Programa para la Crianza y el Programa de Fortalecimiento de Familias.





Tabla de Contenido

Introducción	4
Sesión 1: Bienvenido a Nuestro Programa “Las Familias Hacen la Diferencia”	8
Sesión 2: Interacciones Afectuosas y Lúdicas Promueven el Crecimiento y Desarrollo Saludable	14
Los padres influyen y moldean el desarrollo social, emocional, físico y cognitivo de sus hijos.	
Sesión 3: Puedo Ayudar a mi Hijo a Aprender una Conducta Positiva y Prosocial	23
Cuando proporcione buena supervisión y paso tiempo de calidad con mi hijo, promuevo un comportamiento positivo.	
Sesión 4: La Empatía y el Respeto Mutuo Entre Personas de Todas las Edades, Religiones, Culturas, Razas y Géneros Promueve Hogares Pacíficos y Niños Felices y Sanos	30
La comunicación afectuosa y empática con los niños aumenta la comprensión y disminuye la frustración entre los niños y sus padres, mejora las relaciones y refuerza los vínculos necesarios para un desarrollo saludable.	
Sesión 5: Necesito Cuidarme Bien Para Poder Cuidar Bien a Mis Hijos. OPCIONAL	37
Los padres que se respetan el uno al otro y a sí mismos contribuyen a un ambiente que apoya el desarrollo saludable de los niños. El bienestar social y emocional es un ingrediente necesario para las prácticas de crianza saludables.	
Sesión 6: Armonía y Responsabilidad en Mi Casa	44
Todos los adultos son responsables de crear un ambiente de hogar tranquilo y estructurado que permite el desarrollo saludable en los niños. Los niños necesitan orientación positiva y rutinas.	
Sesión 7: Mi Casa Será un Lugar Seguro Para Mis Hijos y Todo el Mundo Será Tratado con Dignidad	51
Todos los niños en el hogar (biológicos y no biológicos) merecen vivir en un entorno seguro y positivo. Los padres aprenderán estrategias para ayudar a todos los miembros del hogar a manejar la ira y la frustración pacíficamente.	

Sesión 8: Hablar y Jugar con Mi Hijo Desde el Nacimiento lo Preparará Tener Éxito en la Vida. OPCIONAL

57

Los padres juegan un papel importante en el desarrollo social, emocional, físico e intelectual de sus hijos, ayudándolos a desarrollar el lenguaje, resolver problemas y prepararse para la escuela.

Sesión 9: Niños Aseados, Alimentados y Cuidados son Niños Felices y Sanos. OPCIONAL

63

Los padres pueden tener efectos positivos duraderos en la salud de los niños cuando participan en la higiene y la nutrición de sus hijos a través de rutinas y orientación sencillas.

Sesión 10: Revisión y Celebración: Un Compromiso con la Crianza Positiva

69

Lista de Fidelidad de Líder del Grupo

73



Introducción

Esta introducción proporciona una visión general de la investigación que imparte el plan de estudios para la crianza. El propósito de esta sección es definir los elementos de la crianza positiva y los principios del desarrollo saludable de los niños que sustentan los programas efectivos de crianza.

La Ciencia Detrás de la Crianza

Ha habido más de tres décadas de investigación sobre la efectividad de los programas de entrenamiento para los padres para mejorar el comportamiento de los niños, eliminar problemas de comportamiento, y prevenir y mediar casos de abuso y negligencia infantil. La mayor parte de la investigación sobre los programas de crianza de los hijos ha evaluado la eficacia de la capacitación para la crianza de los hijos con el fin de disminuir los problemas de conducta infantil. Hay varios elementos de los programas de crianza que son particularmente efectivos para cambiar las conductas y actitudes en la crianza: enseñar destrezas positivas de interacción entre padres e hijos; aumentar las destrezas de comunicación emocional y empática; ayudar a los padres a aprender a ser consistentes al establecer límites en diferentes entornos; y enseñar a los padres el uso correcto del castigo.¹

Interacciones Positivas Padre-Hijo: Enseñar a los padres cómo interactuar positivamente con sus hijos es uno de los componentes más eficaces de los programas de crianza. Los investigadores han encontrado que enseñar a los padres a practicar el juego dirigido a niños, a elogiar conductas deseables, y a proporcionar atención positiva a los niños disminuye la agresión y otras malas conductas y a su vez aumenta la autoeficacia de los padres.^{2, 3} El plan de estudios para la crianza se centra en cómo los padres pueden fomentar el desarrollo óptimo por medio de crear relaciones de crianza positivas y de apoyo con sus hijos. Los facilitadores para la crianza emplearán la sesión 1, 2 y 3 enseñando habilidades para padres para incrementar su interacción positiva con sus hijos.

Comunicación Empática/Afectiva: Este tipo de comunicación ayuda a los padres escuchen activamente y animen a los niños pequeños a regular y expresar sus emociones apropiadamente. La comunicación empática ayuda a los niños a sentirse valorados, que puede disminuir el mal comportamiento debido a la frustración y la ira. Sesiones 4 y 5 se centran específicamente en enseñar a los padres y a los niños habilidades de empatía. Los padres aprenderán cómo responder con sensibilidad a las emociones de los niños. Los padres también aprenderán a manejar su propia ira y frustración para comunicarse más eficazmente con cada uno de sus hijos.

1 Centros de Control y Prevención de Enfermedades. (2009). Programas de capacitación para padres: Insight for Practitioners. Atlanta, Georgia.

2 La ciencia del desarrollo infantil. (2007) National Scientific Council on the Developing Child. <http://www.developingchild.net>.

3 Kaminski WJ, Valle, LA, Filene, JH, y Boyle, C. (2008). Un meta-análisis de la opinión de los componentes asociados con la eficacia del programa de Formación de Padres: Journal of Abnormal Child Psychology, Vol. 36, No. 4, pp 567-589.

Orientación Solidaria y Rutinas Consistentes: Ayudar a los padres a aprender a ser consistentes a medida que mantienen expectativas y límites apropiados para el desarrollo es un componente efectivo de los programas para padres. Cuando los niños entienden lo que se espera de ellos en el hogar, en la escuela y en la comunidad, tienen una mejor posibilidad de cumplir con las reglas y disminuir los comportamientos externalizados.⁴ El Plan de Estudios para la Crianza enseña a los padres acerca de crear reglas y consecuencias domésticas apropiadas para su edad en las Sesiones 6 y 7.

Disciplina No Violenta: El Uso Correcto del Castigo: El castigo es una estrategia de disciplina que ha sido adoptada por un conjunto de programas de crianza basados en la evidencia, incluyendo The Incredible Years, Triple P y Parent-Child Interaction Training. Estos programas representan 30 años de investigación con familias de todo el mundo. Los resultados apoyan abrumadoramente el uso del castigo para disminuir tanto la agresividad como las conductas adversas.⁵ La sesión 7 se centra en enseñar a los padres el procedimiento correcto para enseñar e implementar el castigo con sus hijos. Cuando se hace correctamente, el castigo enseña a los niños a calmarse y autorregularse - una habilidad que los niños necesitan para toda la vida para tener éxito en las escuelas y en sus comunidades.

Habilidades Cognitivas y Sociales: Las sesiones al principio del Plan de Estudios para la Crianza ayudan a los padres a aprender a prestar atención positiva y a elogiar comportamientos prosociales como compartir, cooperar y respetar las reglas. La sesión 8 se centra específicamente en el desarrollo de la capacidad cognitiva de los niños a través de interacciones positivas con los padres. Los padres aprenderán a ayudar a sus hijos a desarrollar habilidades lingüísticas desde una edad muy temprana, aumentar sus habilidades de memoria y resolución de problemas, y como prepararlos para que les vaya bien en la escuela. Es importante que las habilidades cognitivas y sociales se aprendan en el contexto de una relación padre-hijo positiva y de apoyo. Este tipo de habilidades se aprenden mejor a través del juego y la dramatización.

Sesiones Opcionales

El programa Las Familias Marcan la Diferencia tiene 7 sesiones principales. Todas estas sesiones contienen estrategias de crianza basadas en la evidencia y deben mantenerse en su programa para la crianza para mantenerlo tan efectivo como sea posible. Hay tres sesiones opcionales en las que también puede participar según los objetivos de su programa. También puede sacar estas tres sesiones y crear (con la ayuda del equipo de la sede central del CYPD) otras sesiones que puedan cumplir mejor con las metas y objetivos de su programa.

Se recomienda encarecidamente que los programas que decidan implementar el programa Las Familias Marcan la Diferencia en situaciones de conflicto utilicen la sesión 5.

Además de todas las sesiones de crianza que están en este programa, el IRC ha desarrollado varias otras sesiones de crianza que pueden ser útiles para usted al diseñar su programa. Usted puede pedirle a su asesor técnico de CP que le ayude a diseñar su programa.

4. Barth, R., (2009) Previnendo el Abuso y la Negligencia Infantil con el Entrenamiento de Padres: Evidencia y Oportunidades. El Futuro de los niños, Vol. 19; 2, pág. 95.

5 McGroder, S.M. & Hyra, A. (2009). Efectos económicos y de desarrollo de los programas de crianza para futuros padres y padres de niños en edad preescolar. Alianza para el Éxito Económico de los Estados Unidos. Edición. Documento #10.

Adoptando un Enfoque Activo y Participativo

Los facilitadores utilizarán un enfoque de aprendizaje colaborativo y activo como facilitadores de los grupos de padres, creando discusiones con los participantes, haciendo preguntas y fomentando la lluvia de ideas y la práctica de las habilidades recién adquiridas. Este enfoque es consistente con años de investigación que muestran que es probable que los participantes aprendan mejor a través de la participación activa en lugar de la escucha pasiva. A continuación se esbozan algunos de los principios fundamentales de este enfoque.

Creando un Debate: Los facilitadores deben fomentar un ambiente de dar y recibir durante las sesiones haciendo preguntas a los participantes que los animen a repetir puntos clave en sus propias palabras. Este plan de estudios proporcionará varias de estas preguntas para fomentar la participación activa y el aprendizaje. Este plan de estudios también le indicará al facilitador cuándo usar la estrategia de lluvia de ideas para animar a los participantes a generar ideas en colaboración entre sí y con el facilitador.

Práctica de Habilidades: Los participantes aprenderán varias habilidades nuevas en esta capacitación para padres. Los facilitadores dirigirán las discusiones sobre estas habilidades y luego prepararán juegos de roles para que los participantes practiquen las habilidades dentro del grupo. La investigación sobre programas efectivos para padres sugiere fuertemente que la práctica de nuevas habilidades es un elemento crítico en los programas de entrenamiento para padres. Se sugieren juegos de roles a lo largo del Plan de Estudios para la crianza con instrucciones sobre las habilidades que se deben practicar. Los facilitadores pueden ayudar a asegurar el éxito siguiendo estos pasos:

1. Selecciona a los participantes y otorgue papeles apropiados. Pida a los padres que se ofrezcan como voluntarios o selecciónelos. Elógielos por su disposición a participar en el juego de roles.
2. Proporcione a todos los participantes descripciones de sus roles.
3. Asegúrese de que todos los participantes en el juego de roles entiendan las habilidades que están demostrando. Haga que todo el grupo ofrezca sugerencias sobre lo que los participantes pueden hacer y decir.
4. Detenga el juego de roles si los participantes usan las habilidades incorrectamente, y luego ofrézcales más instrucciones para ayudarlos a practicar la habilidad correctamente.
5. Después, procese el juego de roles preguntando a los participantes de los distintos roles (padres, hijos) cómo se sintieron.
6. Pida a los otros participantes del grupo que den sus opiniones positivas sólo a la persona que estaba en el papel de padre.
7. El facilitador puede ofrecer elogios descriptivos detallados del juego de roles y de lo que se aprendió.

Trabajando en Parejas y en Grupos Pequeños: Trabajar en parejas y en grupos pequeños promueve la escucha y la comunicación y puede ayudar a que las actividades se sientan variadas y atractivas. Los facilitadores deben moverse por la sala para evaluar el trabajo en pareja/grupo. Se puede pedir a los Pares/Grupos que presenten sus ideas oralmente o por escrito. Los grupos/parejas pueden formarse de las siguientes maneras:

- Los participantes trabajan con otras personas sentadas cerca de ellos o en la misma mesa.
- El Juego de los Animales: Seleccione tres o cuatro animales, cabra, vaca, pato.
- Comience con un participante y que diga cabra, luego que el siguiente participante

diga pato, y el siguiente dice vaca, el siguiente participante cabra, y así sucesivamente hasta que cada participante haya dicho cabra, pato o vaca. Ahora haga que todos se paren en un círculo lejos de las mesas. Luego pida a los participantes que cierren los ojos y empiecen a hacer el sonido del animal que gritaron. Los participantes que hacen los sonidos de sus animales con los ojos cerrados deben encontrar a los otros en el grupo haciendo el mismo sonido animal. Una vez que todos encuentran todos los animales (todas las cabras, todos los patos, etc.) en su grupo, pueden comenzar su trabajo de grupo.

- Los participantes forman grupos gritando los números que usted les asigne. Empiece haciendo que el primer participante diga 1, y el siguiente 2, y así sucesivamente. Aquellos que gritan el mismo número forman un grupo. Si los facilitadores quieren que todos los grupos tengan el mismo número de participantes, se divide el número total de participantes entre el número deseado de grupos. Por ejemplo, si usted tiene 20 participantes, y quiere grupos de 4, los participantes deben contar de 1 a 5.

Cómo usar el Plan de Estudios para la Crianza

Además de este manual, también hay una Guía de Capacitación para Facilitadores de Grupos de Padres de cinco días y presentaciones en PowerPoint para ayudar a los facilitadores de grupos de padres a entender cómo usar el Plan de Estudios para la Crianza. Se espera que los facilitadores de los grupos de padres asistan a la capacitación y sigan cada sesión del plan de estudios como se detalla a fin de ofrecer el programa más eficaz y asegurar la fidelidad. Además de cada bosquejo detallado de la sesión, este plan de estudios incluye una lista de verificación de fidelidad para ayudar a los facilitadores a monitorear su propia fidelidad. Póngase en contacto con la unidad técnica de Protección Infantil del IRC para obtener más información sobre la capacitación de facilitadores de grupos de padres.

Preparándose y Dirigiendo el Entrenamiento de Habilidades para Grupos de Padres

- Prepare los materiales antes de cada sesión de capacitación para padres.
- Cree un ambiente seguro y divertido para que los padres participen activamente en todo el programa.
- Cree una atmósfera de colaboración fomentando el debate y animando a los participantes a pensar críticamente sobre las ideas y conceptos presentados, así como a aportar conocimientos basados en sus propias experiencias de vida.
- Enseñe y modele habilidades/comportamientos/actividades para los padres.
- Fije un tono respetuoso. Toda persona tiene derecho a expresar sus ideas y opiniones.
- Gestione bien su tiempo y complete tantas actividades como sea posible en cada sesión.

Sesión 1

Bienvenido a nuestro programa Las Familias Hacen la Diferencia.



Una introducción al programa Las Familias Hacen la Diferencia y el concepto de educar a los niños desde el nacimiento para promover un desarrollo cerebral saludable.



Objetivos

1. Los participantes se reunirán entre sí y con los facilitadores.
2. Los participantes recibirán un resumen del programa Las Familias Marcan la Diferencia.
3. Los participantes tendrán la oportunidad de expresar sus expectativas para este programa y sus hijos.
4. Los participantes formarán Grupos de Apoyo para Padres (PSGs por sus siglas en inglés).
5. Los participantes comprenderán los fundamentos de la crianza y la crianza positiva.



Materiales

Hojas de asistencia separadas para llegada y salida

Rotafolio y marcadores, si están disponibles (si no, lapiceros y papel)

Plan de Estudios para la Crianza

Folleto para los padres para la Sesión 1

Lista de control de fidelidad del facilitador



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias del folleto para los padres para cada uno de los padres. Por favor, asegúrese de dar a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Organice un espacio propicio para el aprendizaje, que sea libre de interrupciones; siéntase en un círculo para fomentar la interacción con los padres.

Asistencia (La fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo.

Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con un padre o padres (como un niño u otro miembro de la familia).



(20 min)

1. Introducción y Bienvenida

De la bienvenida a los padres y elógielos por su asistencia. Sugerencia para el saludo:

"¡Estamos muy contentos de que estén aquí hoy! Estamos contentos de poder compartir información sobre la crianza de los hijos basada en las ciencias biológicas y sociales de todo el mundo. ¡Este será un proceso de colaboración en el que todos compartiremos información y aprenderemos juntos!"

Preséntese. Diga brevemente a los padres sobre su experiencia de trabajar con otros padres y, si corresponde, hable un poco sobre sus propios hijos.

Haga que los padres se presenten. Facilite esto preguntando a los padres qué hacen en la comunidad y alentándolos a compartir los nombres y edades de sus hijos.



(20 min)

2. Esperanzas y Expectativas de los Padres

- Pida a los padres en el círculo que compartan sus expectativas para el programa y las esperanzas que tienen para sus hijos.

Escriba el nombre de cada padre en un rotafolio o en una hoja de papel con sus expectativas y esperanzas.

- Dígalas a los padres que usted mantendrá esta lista para que la revisen a la mitad del programa y al final del programa para asegurarse de que sus necesidades sean satisfechas.



(20 min)

3. Las Familias Hacen la Diferencia. Resumen

Con las presentaciones finalizadas, explique el programa Las Familias Marcan la Diferencia, destacando que el programa **se basa en la investigación y en las experiencias de la crianza de los hijos en todo el mundo.**

- Habrá 10 sesiones y se espera que los participantes asistan a todas ellas.
- Cada sesión durará alrededor de unas dos horas. Los participantes se registrarán al principio y al final de cada sesión. Al final de cada sesión recibirán folletos que resumen la información importante de esa semana. Estos folletos ayudarán a los participantes a practicar las habilidades aprendidas en el grupo con sus hijos.
- Los participantes no deben dudar en hacer preguntas o plantear inquietudes: ¡Todo lo que dicen los participantes es importante!
- Todos los participantes pertenecerán a un Grupo de Apoyo para Padres. Estos son grupos pequeños (4-6 padres por grupo) para que todos puedan apoyarse unos a otros y ayudar a ponerse al día a personas que hayan perdido sesiones, si es necesario.
- Los facilitadores de los padres también visitarán a los participantes en sus casas periódicamente a lo largo del programa para saber si ellos están usando las nuevas habilidades con los niños.
- Pregúnteles a los participantes si tienen preguntas



(15 min)

4. Elaboración de Directrices para el Grupo / Expectativas

Inicie este ejercicio diciendo algo como: *"En cualquier reunión de grupo, es útil tener pautas que nos ayuden a manejarnos a nosotros mismos y a nuestro tiempo, y que nos recuerden que debemos respetarnos los unos a los otros"*. Por favor, pídale a los padres que le ofrezcan pautas que consideren importantes.

Enumere las reglas en un rotafolio o en una hoja de papel. Por lo general, 3-5 reglas son suficientes, pero permita que los padres determinen el número. Por ejemplo, el grupo puede decidir hacer una lista:

- Puntualidad y asistencia (se entregará un certificado a los asistentes a las 10 sesiones).
- Respeto y atención
- Confidencialidad (la información compartida en el grupo no se intercambia fuera del grupo).

Los padres también pueden optar por elegir a un padre como presidente para el grupo y ahora sería un buen momento para hacerlo.



(20 min)

5. ¿Qué es la Crianza / Crianza Positiva?

- Pregúntale a los padres qué imaginan cuando piensan en la palabra "criar".
- Luego estimule la conversación diciendo algo como,

"Vamos a pasar las próximas semanas hablando sobre la crianza positiva y edificante. Vamos a hablar de cómo usted puede promover el desarrollo de sus hijos disfrutando tiempo con ellos, elogiándolos y amándolos".



Actividad para los Padres: "Cuando yo Era un Niño..."

- Pregunte a los padres que recuerden experiencias que fueron edificantes para ellos cuando eran niños. Pídale a los padres que piensen en lo siguiente:
 - Un buen recuerdo que tengo de mi infancia es...
 - El sentimiento **positivo** que tuve entonces fue...
 - La sensación que tengo al recordar esto hoy es...
- Luego pida a los padres que imaginen lo que sus hijos podrían decir años después:
 - Un recuerdo que quiero que mis hijos tengan de mí es...
- Pida a los padres que discutan sus respuestas en parejas. Los facilitadores deben Permitir cinco minutos para la discusión y escuchar mientras los padres comparten. Luego pida a los padres que compartan los "recuerdos" de sus hijos.
- Escriba la memoria deseada de cada padre junto a su nombre en una hoja de rotafolio o papel y regrese a ella durante la última sesión del programa.

Nota para los facilitadores

Hoy, concéntrese en los **aspectos positivos** y edificantes; no es necesario que en esta primera sesión se centre en recuerdos dolorosos de abuso, negligencia, violencia o castigo corporal. Es importante que los padres tengan una experiencia positiva y de apoyo en esta primera sesión. Queremos enfatizar cómo pueden contribuir al desarrollo saludable de sus hijos apoyándolos

Explique esto a los padres haciendo las siguientes preguntas y, si es necesario, explicando y dando ejemplos:

- ¿Cuál es la crianza que ayuda a los niños a convertirse en niños sanos y respetuosos?
 - Anime a los padres a dar ejemplos reales de sus propias familias o de otras personas que conozcan. Anime a los padres a compartir y dialogar basándose en estos ejemplos e ideas sobre la crianza. Concéntrese en lo positivo.
- ¿Cómo crían los padres a sus hijos?
 - Discuta con los padres diferentes maneras de criar a sus hijos, tales como hablando con sus hijos en un tono de voz suave, abrazándolos, bañándolos, etc.
 - Los padres también puede enseñar con el ejemplo: los niños aprenden de lo que ven más que lo que oyen. Si les dices que actúen pacíficamente y trabajen duro, pero estás violento o perezoso, espere que sus hijos sigan su ejemplo y no sus palabras. **Los niños son como esponjas que observan y absorben todo.**
 - La crianza es un estilo de vida, como ser un buen ciudadano, una persona cariñosa, un fiel amigo.



Actividad para padres ¡Juega Doba Doba!

- Pida a los padres que se pongan de pie y les pidan que coloquen sus brazos sobre sus cabezas, que coloquen sus brazos a los costados, que coloquen sus brazos frente a ellos, etc. A veces, haga algo opuesto a lo que le pide a los padres que hagan. Por ejemplo, un facilitador podría decir a los padres: *"Pongan sus brazos a los costados"*, pero el facilitador pondrá sus brazos sobre su cabeza. El juego será algo así:

Dices Doba y pones los brazos delante de ti y los padres te siguen.

Dices Doba, Doba y pones los brazos sobre la cabeza.

Dices Doba y pones los brazos a los costados y es probable que tus padres te sigan (Cuando dices sólo Doba se suponía que debían poner sus brazos delante).

¡Sigue jugando hasta que sólo quede uno de los padres!

¡La mayoría de los padres seguirán las acciones del facilitador y no sus palabras!
¡Dígale a los padres que sus hijos harán lo mismo!

- Cuéntele a los padres la historia de los dos leones:

Un anciano le está enseñando a su nieto sobre la vida. "Una pelea está teniendo lugar en mi interior", le dice al niño. "Es una lucha terrible y es entre dos leones. Un león es malo: es ira, abuso, violencia, celos, impaciencia, envidia, pena, arrepentimiento, avaricia, arrogancia, autocompasión, culpa, negligencia, egoísmo, resentimiento, inferioridad, mentiras, falso orgullo, superioridad y ego".

El anciano continúa: "El otro león es bueno: es alegría, paz, amor, esperanza, la risa, el color, la música, la danza, la unión, la paciencia, la inteligencia, la serenidad, ternura, humildad, empatía, respeto, perdón, juego, felicidad, gentileza, amistad, crecimiento, seguridad, dignidad, bondad, benevolencia, generosidad, comprensión y escucha, verdad, compasión y fe."

*Entonces el viejo le dice al chico, "La misma pelea está sucediendo dentro de ti, y dentro de cada otra persona, también."*⁶

El nieto piensa en esto por un minuto y luego le pregunta a su abuelo, "¿Qué león ganará?" El anciano mira al niño pequeño, sonríe y simplemente le responde: "El que tú alimentas".



6. Tarea para la casa

(5 min)

- Es la primera sesión, por lo que la tarea es fácil: dígales a los padres que, hasta la próxima sesión, deben tratar de disfrutar de la compañía de sus hijos, pasar tiempo con ellos, escucharlos, cuidarlos y amarlos tanto como sea posible.
- También explique los grupos de apoyo a los padres y ayúdelos a formar tales grupos. Utilice las pautas del grupo de apoyo para padres para lograr esto. Esta guía es un documento separado en las herramientas.



7. Evaluación

(10 min)

La evaluación de esta primera sesión también debe ser sencilla. Pregunte a las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiese gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlo?
- ¿En qué fue útil esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



8. Actividad de Fin de sesión

(10 min)

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y dígame a los demás que ellos tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo comentarios positivos son permitidos; esto es un ejercicio de encomios). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva a los padres en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio desde ahora hasta el final de cada sesión, centrándose en un padre diferente cada uno tiempo. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir elogios.*

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole al padre que está en el medio de algo como, "Agradezco sus contribuciones a nuestro grupo esta noche," describiendo en detalle un específico "Eres un miembro amable y positivo de nuestro grupo de padres".

Dé a cada padre en el grupo una oportunidad de dar una declaración positiva a este padre. Entonces, si es apropiado, pídale que se den un "abrazo en grupo" abrazando al padre que está a su lado.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, entregue a los padres su(s) folleto(s) después de firmar la salida al final de la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si hay alguien más (como un niño u otro miembro de la familia), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también.

6 Source: <http://www.firstpeople.us/FP-HTML-Legends/TwoWolves-Cherokee.html>

Recuérdelos también que si alguien se pierde una sesión, puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas a domicilio también serán de ayuda.



9. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, ambos facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de control de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también necesitan registrar la retroalimentación de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia de la sesión.

Sesión 2

Interacciones afectuosas y lúdicas promueven el crecimiento y desarrollo saludable



Los padres influyen y moldean el desarrollo social, emocional, físico y cognitivo de sus hijos.



Objetivos

1. Los padres entenderán cómo se desarrolla el cerebro en la infancia.
2. Los padres entenderán cómo las madres y los padres ayudan a sus hijos a aprender
3. Los padres entenderán que la relación padre-hijo es crítica para el desarrollo social, emocional, físico y psicológico del niño.



Materiales

Hojas de asistencia separadas para llegada y salida

Rotafolio y marcadores, si están disponibles (si no, lapicero y papel)
Plan de estudios para la crianza

Fotos a color de los cerebros de los niños (estas fotos muestran cómo los cerebros maltratados y los cuidados se ven diferentes en los niños en desarrollo)

Folleto para los padres para la sesión 2

Lista de control de fidelidad del facilitador



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias del folleto para cada uno de los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales. Revise las notas de la Sesión 1, incluyendo la lista de control de fidelidad.
- Revise las evaluaciones de los participantes del grupo y haga los cambios necesarios basándose en su retroalimentación.

Asistencia (La fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo.

Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con un padre o padres (como un niño u otro miembro de la familia).



1. Introducción

(10 min)

- **Dé la bienvenida** a los padres y elógielos por estar allí: ¡Es maravilloso que vinieran esta semana y hazles saber lo mucho que aprecias esta oportunidad de pasar tiempo con ellos! Ponga energía y entusiasmo en su saludo, valdrá la pena.
-
- Revise las pautas/reglas del grupo creadas en la Sesión 1.

La tarea en casa era que los padres se fueran a casa y pasaran algún tiempo disfrutando sus hijos. **Elogie a los padres por sus esfuerzos en la crianza.** Haga preguntas como: ¿Qué notó en el comportamiento de su hijo? ¿Cómo cree que su hijo se sintió? ¿Cómo se sintió pasar este tiempo de crianza con su hijo? Pregunte cómo les fue con los grupos de apoyo para padres.



2. Actividad para los Padres

(10 min)

Los facilitadores pasarán un poco de tiempo al comienzo de todas las sesiones restantes enseñando y practicando actividades edificantes y positivas para que los padres experimenten en casa con sus hijos.

Para la Sesión 2, enseñe a los padres la siguiente canción. Dígales a los padres que cantarles a los niños ayuda con el desarrollo del lenguaje y que la siguiente canción también les enseña a los niños acerca de los sentimientos. En el futuro, pregunte a los padres sobre las canciones que cantan a sus hijos o los juegos que juegan; si es posible, practíquelas durante este período.

Si tú tienes muchas ganas de aplaudir,

Si tú tienes muchas ganas de aplaudir,

Si tú tienes la razón y no hay oposición,

No te quedes con las ganas de aplaudir.

Si tú tienes muchas ganas de gritar, si tú tienes muchas ganas de gritar

Si tú tienes la razón y no hay oposición, no te quedes con las ganas de gritar.

Si tú tienes muchas ganas de reír, Si tú tienes muchas ganas de reír,

Si tú tienes la razón y no hay oposición, no te quedes con las ganas de reír

Repita la canción, con los niños y los padres aplaudiendo, y luego repite con las siguientes estrofas:

Si tú tienes muchas ganas de gritar... ¡Pisotea!

Si tú tienes muchas ganas de llorar... ¡Da un salto!

Si tú tienes muchas ganas de cantar... ¡Canta!

En su próxima sesión, seleccione canciones que sean positivas y ayude a los niños a aprender sobre los sentimientos, la familia, la amistad y los valores positivos. Use canciones locales con las que los padres estén familiarizados.



(30 min)

3. Panorama general del desarrollo infantil, con un enfoque específico en el desarrollo del cerebro

Presente el tema diciendo lo siguiente:

"¡La información en la sesión de hoy puede ayudarle a cambiar la vida de su hijo! Vamos a darle información sobre cómo funciona y se desarrolla el cerebro. Vamos a aprender cómo los seres humanos se convierten en estudiantes respetuosos, ciudadanos inteligentes y productivos y buenas personas."

- El desarrollo infantil se refiere a los cambios biológicos, sociales y psicológicos que experimentan los niños desde el nacimiento hasta la edad adulta. Estos cambios influyen en las capacidades físicas, sociales, emocionales e intelectuales de los niños.
- La infancia es el período más intenso de desarrollo cerebral durante la vida humana. Aproximadamente el 80 por ciento de la estructura cerebral se completa durante los primeros tres años de vida del niño. La estimulación física, emocional e intelectual adecuada y la nutrición son esenciales para el desarrollo durante estos años, cuando el cerebro del niño es más sensible a las influencias del entorno externo. El amor y la atención de los padres ayudan a asegurar que cada niño alcance su potencial. El amor de un padre es como el interruptor para encender una luz o la llave para encender el motor de un coche.
- Mientras más estimulante y amoroso sea el ambiente durante los primeros años, más se desarrolla y aprende el niño. Los altos niveles de estrés durante la infancia causados por la violencia o el abandono (falta de atención y afecto) pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental y física, dificultades de aprendizaje y deficiencias sociales y emocionales. Esto, a su vez, puede conducir a problemas de por vida.
- ¡Los padres (tanto las madres como los padres) tienen un papel esencial que desempeñar para apoyar el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo de sus hijos con amor y estimulación. Los padres tienen la llave para encender el cerebro de sus hijos. La construcción de mujeres y hombres fuertes comienza el día de su nacimiento - e incluso antes - pero los primeros cinco años de vida son críticos!
- Pregunte a los padres si tienen alguna pregunta hasta ahora.



(20 min)

4. El Asombroso Cerebro

El cerebro está formado por células llamadas neuronas, que se comunican a través de impulsos eléctricos llamados sinapsis. Nacemos con más de 80 mil millones de células cerebrales llamadas neuronas, aunque la mayoría de ellos no están activados. ¡Se necesitan experiencias sociales para activar nuestras neuronas!

- Las sinapsis o circuitos del cerebro permiten que los niños aprendan el lenguaje, aprendan a caminar, y pensar y manejar las emociones. Las sinapsis son como cables eléctricos que, cuando están conectados, encienden las luces. Si se usan las sinapsis entre neuronas repetidamente, se vuelven permanentes y fuertes si no se usan repetidamente, se mantienen débiles e incluso mueren a través de un proceso llamado "poda". El estrés y la violencia destruyen las sinapsis, mientras que el amor, el cuidado y la estimulación positiva refuerzan sinapsis.
- ¡El proceso de poda no puede ser revertido; una vez que las neuronas han sido podadas se han ido para siempre! ¡Los cerebros tienen la capacidad de formar nuevas

conexiones entre diferentes neuronas a lo largo de nuestras vidas, pero las neuronas muestran la mayor "plasticidad" cuando somos jóvenes! ¡Los niños pequeños que han experimentado o presenciado violencia necesitan una oportunidad para reconstruir sus cerebros a través de interacciones positivas y amorosas con los padres!

➤ **La atención y la estimulación positivas construyen más conexiones entre las neuronas.**

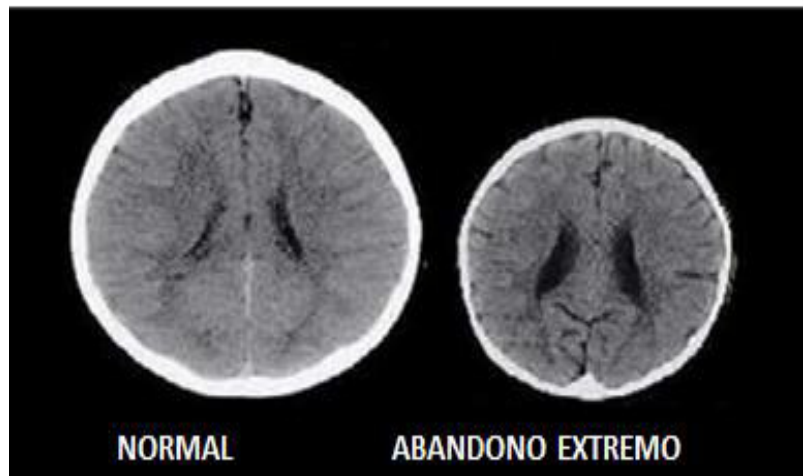
Cuanto más amor y afecto les demos a nuestros hijos, más células cerebrales estarán activas. El amor es el ingrediente clave en la actividad cerebral, más que los libros y las conferencias. Si no participamos en interacciones amorosas y positivas con los niños, si no los nutrimos, importantes neuronas morirán. Cuando las neuronas mueren, un niño no es capaz de aprender y desarrollarse tan bien como los niños que han tenido interacciones positivas con sus padres.

➤ **El estrés tóxico** causado por el abuso repetido, la negligencia y/o la exposición a la violencia inhibe el desarrollo cerebral. Los efectos de este tipo de estrés cambian la forma en que se desarrollan los cerebros jóvenes. Los niños expuestos al abuso y la negligencia tienen cerebros físicamente diferentes a los de los niños criados en ambientes enriquecedores.

Imágenes del Cerebro

Los padres determinan cómo se desarrollan los cerebros de sus hijos por la manera en que interactúan con ellos y cuidan de ellos. Cientos de años de estudios cerebrales en los campos de la psicología y la neurología han producido un asombroso cuerpo de conocimiento. Científicos ahora pueden tomar imágenes de la actividad eléctrica en el cerebro entre las neuronas. Estos se denominan electroencefalogramas.

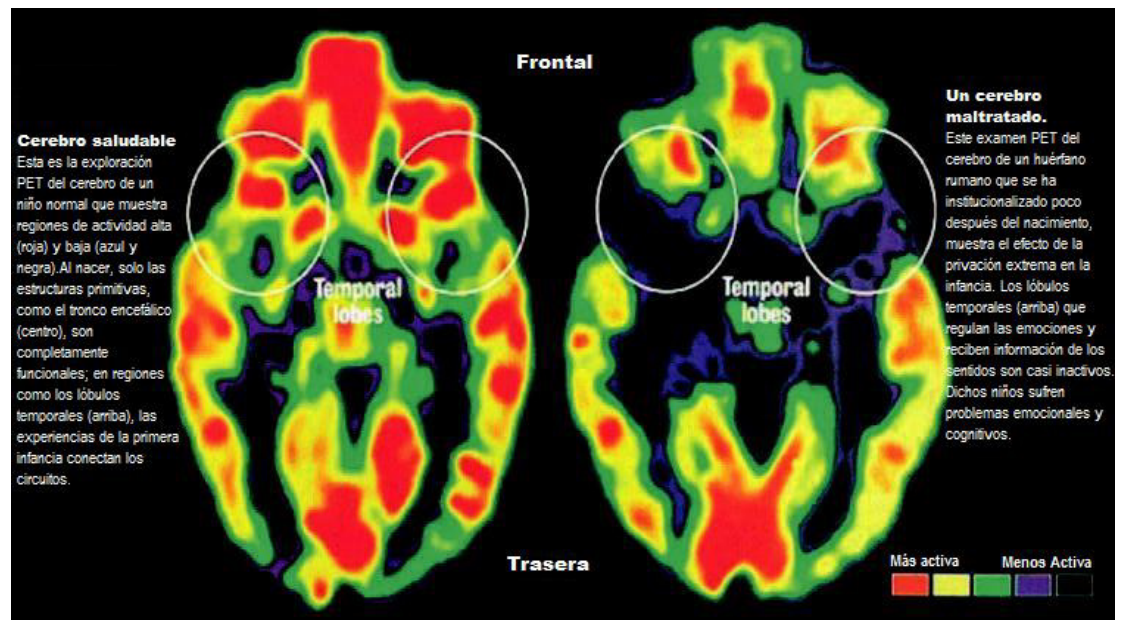
Muestre a los padres las fotos de los cerebros de los niños que han sido maltratados y aquellos que han sido criados en un ambiente protector y nutritivo. *(Se les proveerán copias de estas diapositivas a los facilitadores para mostrarlas a los padres)*^{7,8}



7 Source: http://www.sdvoicesforchildren.org/news_detail.php?iNWSID=229

8 Source: <http://wellcommons.com/users/jestevens/photos/2011/jul/22/217506/>

Hay muchas más imágenes del cerebro en internet.



- Divida a los padres en grupos de dos o tres para hablar sobre las diferencias en los cerebros que se muestran arriba. Dé a los padres unos 5 minutos para responder a las siguientes preguntas en sus grupos.

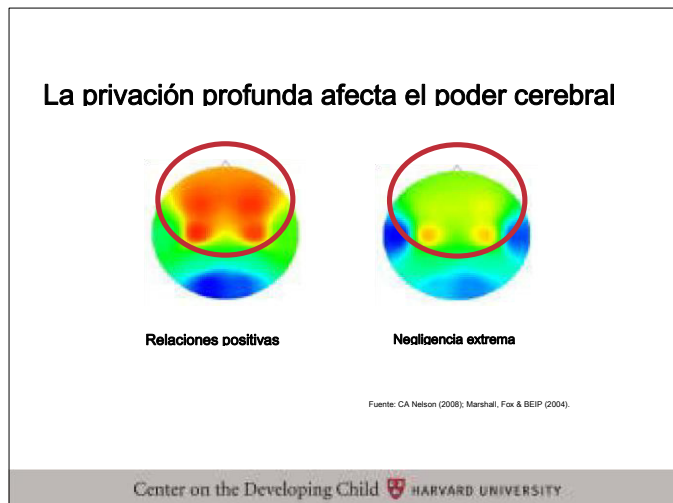
- ¿Cuál es la diferencia entre estos dos cerebros (en la imagen superior en blanco y negro)?
- Ambos cerebros pertenecen a niños de tres años; ¿por qué uno es mucho más grande?
- Uno de estos niños fue amado y criado por sus padres y el otro descuidado. Los niños maltratados y descuidados a veces tienen el cerebro más pequeño. Sus cerebros están asociados con problemas de desarrollo que afectan sus vidas en la escuela (cognitiva/inteligencia), en sus comunidades (social/cultural/religiosa), en sus vidas personales (emocional/psicológica), y en su crecimiento y bienestar. (salud). Señale los escáneres cerebrales de color del CDC y pregunte a los padres lo que notan en estos dos cerebros.

Los padres hacen la diferencia: Los padres ayudan a un niño a alcanzar su potencial: ser más inteligente, más feliz, más amigable, más cariñoso. Pero los padres deben nutrir y amar a sus hijos y pasar tiempo con ellos. Tanto las madres como los padres pueden proporcionar este tipo de tiempo de calidad con sus hijos.

- Pregunte a los padres si tienen alguna pregunta.

Nota para los facilitadores

Queremos involucrar a los padres en un diálogo sobre cómo nuestras habilidades y prácticas de crianza se correlacionan directamente con el desarrollo del cerebro. Muéstreles las impresiones a color de los dos cerebros (abajo). El color rojo en las imágenes indica actividad eléctrica entre las neuronas y las sinapsis. Explicar cómo el cerebro del niño nutrido muestra mucha más actividad, mientras que el cerebro del niño maltratado es menos activo (y frecuentemente más pequeño).



Si puede, muéstrole al grupo un video sobre el desarrollo del cerebro; hay recursos y videos útiles disponibles en el Centro sobre el Niño en Desarrollo de la Universidad de Harvard: <http://developingchild.harvard.edu>.⁹

- Los niños pequeños aprenden a un ritmo muy rápido, absorbiendo todo. Rápidamente desarrollan habilidades importantes, como caminar y hablar, y comienzan a aprender a interactuar con la gente. ¡Los padres tienen un papel crítico que desempeñar para ayudar a sus hijos a aprender sobre el mundo que los rodea!
- Pregunte a los padres si tienen alguna pregunta.

Formas Esenciales en que los Padres (Madres y Padres) Pueden Ayudar a los Niños a Desarrollar su Cerebro

- Comience esta discusión sugiriendo que los padres pueden estimular el desarrollo de su niño pequeño de muchas maneras positivas. Pídales que piensen y luego discutan maneras de hacer esto (2-3 minutos). Escriba sus respuestas en un rotafolio o en una hoja de papel. Las siguientes son algunas sugerencias para estimular la discusión. Enfatique que los padres pueden hacer diferentes cosas para nutrir a su hijo en diferentes etapas de desarrollo.
- **“Dar y recibir”** es un proceso entre bebés y padres que forma la arquitectura del cerebro en desarrollo. Los bebés y niños pequeños se comunican con los cuidadores con sonidos, gestos y expresiones faciales. Los padres que responden comunicándose con sus hijos contribuyen al cableado fundamental del cerebro, especialmente en los siguientes casos los primeros años.¹⁰
- **La nutrición adecuada** es una cosa importante que los padres pueden hacer para el desarrollo de sus hijos. Los niños necesitan una dieta equilibrada que incluya proteínas. Pero no obligue a los niños a comer cuando no tengan hambre. Los niños le dirán cuándo tienen hambre y cuándo están llenos. Pida a los padres que ofrezcan ejemplos de cómo los niños nos dicen cuando tienen hambre o están llenos.

⁹ Fuente: CA Nelson (2008); Marshall, Fox & BEIP (2004) cita del Dr. Shonkoff de la Universidad de Harvard

¹⁰ www.developingchild.harvard.edu

- **Hablar y jugar con los niños y niñas** son componentes esenciales de las relaciones saludables y refuerzan los lazos entre padres e hijos. Desde el momento en que los niños nacen, ¡Aprenden de sus padres! Hablar tranquilamente con los niños con frases completas puede ayudarles a aprender el idioma y aumentar su vocabulario, lo que a su vez los prepara para la escuela.
- Ayude a los niños a aprender a comunicarse usando palabras para describir emociones. Por ejemplo, los padres pueden decir a un niño: *"Estás enfadado porque te he quitado la olla que golpeabas. Toma, puedes jugar con esta pelota"*.
- Hable con los niños sobre su entorno y su medio ambiente. Los padres pueden decirle a un niño: *"Eso es una vaca. Nos da leche"*
- ¡Uno de los mejores momentos para hablar con los bebés es mientras se les da de comer! Los bebés suelen estar en estado de alerta cuando se alimentan, listos para la interacción y abiertos al aprendizaje. Cuando los niños son mayores, los padres todavía pueden pasar tiempo de calidad con ellos durante comidas. ¡Siéntense y coman juntos! Esto permite que los niños sepan que son importantes y parte de la familia. Los padres pueden pasar la hora de la comida alentando el buen comportamiento y desarrollando sus relaciones positivas con sus hijos.
- Los padres ayudan a sus hijos a desarrollar nuevas habilidades cuando juegan con ellos. Incluso copiando los sonidos del bebé estimulan el cerebro del niño. El juego construye relaciones positivas entre padres e hijos



(15 min)

5. Vínculo

Pida a los padres que describan en sus propias palabras cómo la discusión hasta ahora tiene que ver con la idea del vínculo (la relación que los padres tienen con sus hijos).

- Los bebés están biológicamente programados para apegarse a sus padres con el fin de crecer y desarrollarse: ¡Es la naturaleza humana! ¡Los bebés pueden apegarse y de hecho lo hacen con más de un padre!
- Como han demostrado científicos como John Bowlby y Michael Rutter, los bebés responden al tacto, la voz y los rostros de sus padres desde el principio de sus vidas.
- Los niños pequeños dependen de sus padres para su supervivencia física y su bienestar emocional. Investigadores y expertos en paternidad (Powell, Hoffman, Cooper y Marvin, 2009) han identificado que, para que los niños se sientan seguros y protegidos, los padres deben ser siempre más grandes, fuertes, sabios y amables. Los padres necesitan responder sensiblemente a las necesidades y sentimientos de sus hijos pequeños.
- Una crianza sensible ayuda a los niños a aprender a confiar. La confianza tiene efectos positivos duraderos en los niños, mejorando sus habilidades de pensamiento y memoria, su autoestima, y su capacidad de cooperar con otros y formar amistades.

Discusión guiada con los padres: Pida a los padres que hablen sobre cómo muestran a sus hijos a sus hijos la bondad de los niños. Pregunte a los cuidadores cómo actúan de manera sabia con sus niños.



(10 min)

6. Entrenamiento de Habilidades: Practicando Interacciones Estimulantes

- Los padres practicarán su nueva comprensión de la importancia de las interacciones amorosas y estimulantes para fomentar el desarrollo de sus hijos.
- Escoja a dos padres para que le ayuden con esta práctica de habilidades. Uno de los padres hará de padre y el otro de bebé alrededor de los 9 meses de edad.
- Pida al grupo que les recuerde a todos acerca de "servir y regresar" y decirles que van a practicar esto.
- Dígame al padre o a la madre que le sonría al bebé y que le devuelva la sonrisa. Luego pídale al bebé que haga algunos sonidos y que el padre o la madre se los imite al bebé. Recuerde proporcionar apoyo de entrenamiento activo si los padres que practican la habilidad necesitan ayuda.
- Elogie a los dos padres por practicar sus habilidades frente al grupo.
- Divida a todos los padres en parejas para practicar el juego de roles "dar y recibir". Si algunos de los padres tienen bebés con ellos en la sesión que pueden practicar con sus bebés.



(5 min)

7. Tarea para la Casa

- Haga que los padres piensen en momentos durante el día en los que pueden pasar de 10 a 15 minutos fomentando el desarrollo de sus hijos mediante el uso de habilidades de crianza estimulantes y amorosas.
- Pida a los padres que practiquen actividades de "servir y regresar" con sus hijos durante la próxima semana.
- También pida a los padres que hagan por lo menos una cosa que disfruten durante la próxima semana. Explique que es importante que se cuiden a sí mismos para que puedan cuidar a sus hijos.



(10 min)

8. Evaluación

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlo?
- ¿En qué le ayudó esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



(10 min)

9. Actividad de Fin de la Sesión

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo se permiten comentarios positivos; este es un ejercicio de alabanza). Cada padre en el grupo le dará un comentario positivo al padre en el medio del círculo. El facilitador realizará este ejercicio de ahora en adelante hasta el final de cada sesión, enfocándose en un padre diferente cada vez. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir elogios.

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole al padre que está en el medio de algo como, "Agradezco sus contribuciones a nuestro grupo esta noche", describiendo en detalle

una contribución específica, y agregue, "Eres un miembro amable y positivo de nuestro grupo de padres." Si es apropiado, pida a los padres que hagan un "abrazo grupal" como lo hicieron en la Sesión 1.

Dé a cada padre en el grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si asiste otra persona (por ejemplo, como un niño u otro miembro de la familia), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también. Recuérdeles también que si alguien se pierde una sesión, puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas a domicilio también serán de ayuda.



10. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de verificación de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también necesitan registrar los comentarios de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia a la sesión.

Sesión 3

Puedo Ayudar A Mi Hijo A Aprender Una Conducta Positiva y Prosocial



Cuando proporciono buena supervisión y paso tiempo de calidad con mi hijo, promuevo un comportamiento positivo.



Objetivos

1. Los padres aprenderán que la supervisión adecuada de los niños aumenta la seguridad, y que pasar tiempo de calidad con ellos forma un comportamiento positivo y deseable.
2. Los padres entenderán que la atención (positiva o negativa) refuerza comportamiento
3. Los padres explorarán las interacciones amorosas a través de la alimentación, el baño, las actividades diarias y las tareas.



Materiales

Hojas de asistencia separadas para llegada y salida

Rotafolio y marcadores, si están disponibles (si no, lapiceros y papel)

Plan de Estudios para la Crianza

Letras de las canciones, si están disponibles

Folleto para los padres para la Sesión 3



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias del folleto para cada uno de los padres. Por favor, asegúrese de dar a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Disponga de un espacio propicio para el aprendizaje, libre de interrupciones; siéntese en círculo para fomentar la interacción entre los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales.
- Revise las notas de la sesión anterior, incluyendo la lista de verificación de fidelidad.
- Revise las evaluaciones de los participantes y haga los cambios necesarios basándose en su retroalimentación.

Asistencia (la fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con uno o más padres (como un niño u otro miembro de la familia).



(10 min)

1. Introducción y Revisión de la Tarea en Casa

- **Dé la bienvenida a los** padres y elógielos por asistir. Es maravilloso que hayan regresado para la tercera sesión; ¡Hágales saber que usted aprecia esta oportunidad de pasar tiempo con ellos! No olvide preguntar sobre sus familias y sus hijos ahora que los conoce un poco mejor

Discusión Guiada con los Padres

- La asignación de casa de la última sesión fue para que los padres pasaran tiempo positivo, enriquecedor con sus hijos y también para hacer algo para cultivarse a sí mismos. Dé a cada padre la oportunidad de hablar sobre lo que hizo por sí mismo. **Pregunte sobre las tareas para la casa y elógielos por practicar sus nuevas habilidades**



(10 min)

2. Actividad Para los Padres

Los facilitadores pasarán un poco de tiempo al comienzo de todas las sesiones restantes enseñando y practicando actividades educativas y positivas para que los padres prueben en casa con sus hijos

Pregunte a los padres si tienen una canción que les gustaría cantar hoy. Si alguien tiene una sugerencia, cante esa canción. Si nadie tiene una sugerencia, enseñe esta canción:

Cabeza, hombros, rodillas y pies, y todos aplaudimos a la vez. Cabeza,

hombros, rodillas y pies, y todos aplaudimos a la vez.

Ojos, orejas, boca y nariz.

Cabeza, hombros, rodillas y pies, rodillas y pies, y todos aplaudimos a la vez.

(Señale cada parte del cuerpo mientras el grupo canta la canción. Canta a un ritmo normal la primera vez, luego canta otra vez rápido, y finalmente canta lento. ¡A los niños les encanta!)



(5 min)

3. Repase Brevemente el Desarrollo Infantil

Empiece preguntando a los participantes lo siguiente: ¿Cuáles son algunos de los puntos importantes que el grupo aprendió sobre el desarrollo infantil durante la última sesión? Induzca que la discusión cubra los siguientes puntos:

- El desarrollo infantil se refiere a los cambios biológicos, sociales y psicológicos que experimentan los niños desde el nacimiento hasta la edad adulta. Estos cambios influyen en las capacidades físicas, sociales, emocionales e intelectuales de los niños.
- La infancia temprana es el período más intenso de desarrollo cerebral durante la vida humana. Aproximadamente el 80 por ciento de la estructura cerebral se completa durante los primeros tres años de vida del niño. La estimulación física, emocional e intelectual adecuada y la nutrición son esenciales para el desarrollo durante estos años, cuando el cerebro del niño es más sensible a las influencias

del entorno externo. El amor de los padres y la atención ayudan a asegurar que cada niño alcance su potencial. El amor de un padre es como el interruptor para encender una luz o la llave para encender el motor de un carro.

- Mientras más estimulante y amoroso sea el ambiente de la infancia, más se desarrolla y aprende el niño. Los altos niveles de estrés durante la primera infancia causados por la violencia o el abandono (falta de atención y afecto) pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental y física, dificultades de aprendizaje y deficiencias sociales y emocionales. Esto, a su vez, puede conducir a problemas de por vida



(15 min)

4. Enseñando a los Niños Pequeños a Ser Buenos Miembros de la Familia y de la Comunidad

- Los niños no vienen al mundo sabiendo cómo comportarse socialmente. Los bebés nacen sin recuerdos.
- Recuerde a los padres sobre el desarrollo del cerebro, como se discutió en la Sesión 2. Las células cerebrales se llaman neuronas. Las conexiones entre neuronas crean memorias y conocimiento
- Los bebés nacen con células cerebrales especiales llamadas neuronas espejo. Neuronas espejo funcionan de la misma manera que un espejo real. Los bebés y los niños pequeños aprenden en parte por reflejando o imitando las acciones de sus padres.

Pregunte a los padres si recuerdan la primera vez que sonrieron a sus bebés y le devolvieron la sonrisa.

- Una manera en que los padres pueden fomentar el comportamiento educado en sus hijos es modelando este tipo de comportamiento.
- Los niños imitan más lo que ven más que lo que se les dice que hagan. Si usted le dice a un niño que sea amable con la gente, pero luego trata a sus amigos negativamente, su niño tratará a otros negativamente también.

Pida a los padres que piensen en un comportamiento que su bebé o niño pequeño haya copiado recientemente. Pídales que compartan sus ejemplos con el grupo.

Discusión Guiada con los Padres

Pida a los padres que formen grupos de dos. Pida a estos grupos que hagan una lista de dos o tres comportamientos positivos que han modelado, o quieren modelar, para sus hijos. Haga que los grupos compartan sus listas. Anote las listas en el rotafolio o en una hoja de papel. Dígalas a los padres que ahora examinarán maneras de fomentar estos comportamientos positivos.



(20 min)

5. La Regla de Oro de la Psicología: Los Niños Quieren Atención Adulta

Todos los niños anhelan la atención de sus padres y de otros adultos que aman y respetan. Los niños aprenden a captar la atención que desean de manera positiva y negativa. Proporcionarles la atención que desean refuerza tanto el comportamiento positivo como el negativo.

- Cuando un padre elogia a su hijo por un buen comportamiento como compartir, ese padre alienta más de lo mismo.
- De la misma manera, los padres refuerzan comportamientos negativos como las peleas.

CONSEJO PARA PADRES

Los padres pueden promover los comportamientos positivos de sus hijos pequeños describiendo sus propios comportamientos positivos y modelando en ellos un comportamiento positivo!

- Los padres deben ser conscientes de los comportamientos que refuerzan. Si un padre le da más atención a sus hijos cuando se portan mal, están reforzando inadvertidamente el comportamiento negativo.
- Cuando los niños se comportan mal de maneras que son molestas, pero no dañinas para ellos mismos o para otros, los padres pueden ignorar ese mal comportamiento. Si los niños se quejan y discuten pero nadie los escucha, no tiene sentido que continúen con ese comportamiento. Eventualmente entienden el mensaje: Esta no es la manera de llamar la atención de sus padres. Cuando los padres le gritan o golpean a los niños, están brindándole atención negativa y reforzando su comportamiento negativo.
- Mientras más atención positiva presten los padres a las conductas positivas, menos que los niños buscarán atención haciendo comportamientos negativos.

Los facilitadores deben señalar en este punto que hablarán sobre las maneras de manejar el comportamiento peligroso y violento más adelante en el programa.

Hable sobre dos herramientas de crianza que ayudarán a los padres a fomentar un comportamiento positivo (y disminuyen el comportamiento negativo) en sus hijos. Estas herramientas se llaman **elogiar e ignorar**: *Elogiar se refiere a la atención positiva para el comportamiento positivo, e ignorar se refiere al retiro de toda la atención (positiva y negativa) por mala conducta no peligrosa. Ignorar no es la ausencia de elogio; es la ausencia de toda la atención por un comportamiento negativo.*



Discusión Guiada con los Padres

(10 min)

Pregunte a los padres por qué los elogios son buenos para los niños. Si es necesario, ofrezca respuestas como:

- Muestra el amor y el afecto.
- Ayuda a los niños a sentirse bien consigo mismos.
- Ayuda a los niños a aprender qué tipo de comportamientos son valorados y esperados.
- Ayuda a los cerebros de los niños a construir conexiones sociales y emocionales saludables.

Una vez más, pregunte a los padres cómo se benefician ellos mismos al elogiar a los niños. Si es necesario, ofrezca respuestas como:

- Ayuda a los padres a sentirse bien con su hijo.
- Construye una relación positiva con el niño.
- Refuerza las conductas deseables de los niños.
- Libera a los padres de disciplinar a un niño porque él/ella pasa más tiempo buscando la atención positiva de los padres.

Elogiar es decirle a un niño que él o ella está haciendo algo bien. Los padres elogian a los niños diciendo cosas como:

- Estoy muy orgulloso de la forma en que estás haciendo tu tarea con tanto cuidado.
- Gracias por decir “por favor”.
- Eso es muy cortés.
- Creo que es muy agradable que estés compartiendo la pelota con tu amigo.

Los elogios efectivos, expresados con un tono de voz y expresión facial positivos, le dicen al niño específicamente lo que hizo bien.

- Ignorar se refiere al retiro de toda la atención (positiva y negativa) por mala conducta no peligrosa. La estrategia de ignorar se puede aplicar a los niños mayores de 2 años. Los niños menores de 2 años no tienen las palabras para decirnos cuando están molestos o quieren algo. ¡Los padres nunca deben ignorar bebés que lloran!
- Pida a los padres que piensen en cuando sus hijos se portan mal. ¿Qué buscan los niños cuando lloriquean, se quejan o gritan?
- Dígale a los padres que una de las maneras más poderosas de ayudar a eliminar los comportamientos molestos es que los padres los ignoren. Reprender negativamente a un niño refuerza su comportamiento negativo.
- Hay varios factores que son críticos para el éxito al ignorar la mala conducta de los niños:
 - **Ignorar inmediatamente.** Retrasar la respuesta de ignorar confundirá a su hijo si pasa demasiado tiempo entre la acción y la respuesta.
 - **Ignorar constantemente.** Esto ayuda a su hijo a aprender los límites de su comportamiento y a determinar qué comportamientos resultan en una atención más deseable.
 - **Ignora "con todo tu cuerpo".** Para tener un impacto en el comportamiento, debe captar el mensaje. Cuando lo ignores, asegúrate de:
 - Apartar la mirada.
 - Mantener una expresión facial neutra.
 - Hablar con otras personas en presencia del niño.
 - Restringir el contacto físico.
 - Dedicarse a otras tareas normales.
 - Ofrecer atención positiva inmediatamente después de que el niño deje de portarse mal.



(10 min)

Discusión Guiada con los Padres

Piense en una lista de comportamientos que los padres quieren enseñar a sus hijos. Luego, para cada comportamiento, haga una lluvia de ideas con al menos una declaración de elogio. Luego pídale que piensen en algunos comportamientos que pueden ignorar y que los anoten. Recuerde a los participantes que no podemos ignorar los comportamientos violentos y/o peligrosos.



(20 min)

6. Practica de Elogiar e Ignorar

Nota: Los facilitadores pueden hacer ambas prácticas con todo el grupo primero, entrenando a un par de padres para que demuestren el ejercicio, y luego dividir a los padres en grupos más pequeños.

Pida a los participantes que formen parejas y practiquen el siguiente escenario: Una madre está jugando con su hijo. El padre le pide al niño que comparta su juguete, el niño lo hace, y el padre elogia al niño por compartir. El padre o la madre también puede elogiar al niño por ser amistoso o amable, o puede decirle al niño que le encanta pasar tiempo con él. Haga que los padres compartan el modelo ofreciendo un juguete al niño. Luego pida a los participantes que cambien de papel y repitan el ejercicio.

Luego pida a los grupos que practiquen el ignorar. Mientras el padre y el niño están jugando, haga que el niño empiece a gritarle al padre porque no se salió con la suya. Díglele al padre o a la madre que le dé la espalda al niño y que finja que se va a ocupar con otra tarea doméstica. Tan pronto como el niño deje de gritar, pídale al padre que le devuelva su atención y elogie al niño por hablar en voz baja y respetuosa. Luego pida a los participantes que cambien de papel y repitan el ejercicio.

Nota: Los facilitadores deben ayudar a los padres a practicar. Estas habilidades pueden ser difíciles de aprender, por lo que los facilitadores pueden repetir el juego de roles hasta que los padres se sientan más seguros al ignorar y elogiar.

Después de practicar las habilidades anteriores, pregunte a cada padre cómo se sintió al interpretar al niño que fue elogiado. Pregunte cómo se sintió al hacer de padre que da elogios.



(10 min)

7. Supervisión de Niños Pequeños

- Los niños menores de 5 años necesitan supervisión y atención de un adulto seguro. Si los padres van a usar la atención para alentar comportamientos positivos en niños pequeños, deben pasar suficiente tiempo supervisando a sus hijos. Si los padres no pueden proporcionar supervisión debido al trabajo u otros compromisos, deben dejar a sus hijos con cuidadores de confianza.
- Cuando los padres dejan a los niños pequeños con un cuidador, deben preguntarles acerca del tiempo que pasaron con ese cuidador: acerca de lo que hicieron y cómo se sienten respecto a esa persona. Los padres deben escuchar si los niños dicen que se sienten incómodos cerca de un cuidador. Este tipo de conversación le permite compartir el día de su hijo y le hace saber que usted está preocupado por su seguridad y bienestar.
- Pida a los padres que discutan quiénes podrían ser los cuidadores apropiados para sus hijos. ¿Cómo podría un padre saber que una persona sería apropiada para cuidar a un niño? Guíe a los participantes en una lluvia de ideas.



(5 min)

8. Tarea para la Casa

- Haga que los padres practiquen el **elogiar** en casa con sus hijos durante la próxima semana y, si es necesario, que ignoren a su hijo. Para que los padres practiquen el elogiar, necesitarán pasar tiempo de calidad con sus hijos. Anime a los padres a disfrutar del tiempo de calidad que pasan con sus hijos.
- Pida a los padres que estén preparados para informar sobre su práctica de elogios, así como del tiempo de calidad que pasan con sus hijos, durante la próxima sesión.



(10 min)

9. Evaluación

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlo?
- ¿En qué le ayudó esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



(10 min)

10. Actividad de Fin de la Sesión

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo se permiten comentarios positivos; este es un ejercicio de halagos). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva al padre en el medio del círculo. Un facilitador realizará este ejercicio de ahora en adelante al final de cada sesión, enfocándose en un padre diferente cada vez. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir los elogios.

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole al padre que está en el medio de algo como, "Agradezco sus contribuciones a nuestro grupo esta noche," describiendo en detalle una contribución específica, y agregue, "Usted es un miembro amable y positivo de nuestro programa de paternidad." Haga un "Abrazo grupal" si es apropiado.

Dé a cada padre en el grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, entregue a los padres su(s) folleto(s) después de firmar la salida al final de la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si asiste otra persona (como un niño u otro miembro de la familia) indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también. Recuérdeles también que si alguien se pierde una sesión, él o ella puede ponerse al día con la ayuda del grupo de apoyo para padres. Las visitas domiciliarias también ayudarán.



11. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de fidelidad. Si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también deben registrar los comentarios de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia a la sesión.

Sesión 4

La Empatía y el Respeto Mutuo Entre Personas de Todas las Edades, Religiones, Culturas, Razas y Géneros Promueve Casas en Paz y Niños Feliz y Sanos



La comunicación afectuosa y empática con los niños aumenta la comprensión y disminuye la frustración entre ellos y sus padres, mejora las relaciones, y refuerza los vínculos necesarios para un desarrollo saludable.



Objetivos

1. Los padres mejorarán la calidad de la comunicación con sus hijos al aprender cómo responder prudentemente a las emociones de los niños.
2. Los padres explorarán el concepto de empatía y aprenderán técnicas para aumentar la empatía
3. Los padres pasarán tiempo de calidad con sus hijos el uso de las habilidades de comunicación de empatía hacia sus hijos.



Materiales

Hojas de asistencia separadas para la llegada y salida.
Rotafolio y marcadores, si está disponible (si no, papel y lapicero)
Plan de estudios para la crianza.
Folleto para Padres de la Sesión 4



Antes de la sesión: Prepárese!

- Lea todos los materiales para esta sesión y haga copias del folleto para padres para cada uno de los presentes. Por favor asegúrese de entregar a cada uno de los padres el folleto al final de la sesión.
- Organice un espacio que sea propicio para el aprendizaje y sin interrupciones; que se sienten en círculo para generar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben llegar con antelación.
- Revise la Sesión 3, incluyendo la lista de verificación fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y realice los cambios que sean necesarios en base a sus comentarios.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben llegar a tiempo

Asistencia (fecha y lugar deben anotarse)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se le recomienda a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la paternidad es una responsabilidad compartida. Indicar si existe alguno de los presentes asiste con un padre u otra persona (por ejemplo un niño u otro miembro de la familia).



1. Introducción

(20 min)

De la bienvenida a los padres y elógielos por regresar a la cuarta sesión. Sonría y sea positivo(a), enérgico(a) y sincero(a).



Discusión Guiada con los Padres

(10 min)

- Tómese un momento para preguntar a los padres cómo se sienten. Los sentimientos son importantes. Si los padres sienten que están aprendiendo y si sienten que las relaciones con sus hijos están mejorando, van a estar muy dispuestos a asumir un mayor compromiso. Si no se sienten de esta manera, reconozca sus esfuerzos y elógielos por intentarlo, explique que el cambio lleva tiempo. Instelos a que tengan paciencia.
- Pregunte, ¿cómo van los grupos de apoyo para padres? ¿Se motivan y apoyan los unos a los otros?

Nota para los facilitadores

Si un participante está ausente, anime al resto de los miembros del grupo para que contacten a ese padre para que venga a la sesión. Pueden hacerlo a través de los grupos apoyo para padres (si tienen teléfonos, pueden intercambiar sus números). Anime a los padres a que se reúnan después de las sesiones para compartir sus ideas y estrategias en habilidades para la crianza; anímelos a que se apoyen y guíen los unos a los otros; instelos a resolver los problemas que puedan tener con sus hijos de manera pacífica y constructiva; y lo más importante, pídales que compartan su felicidad y logros con el grupo cuando las habilidades para la crianza les estén funcionando. **Se trata de un grupo de apoyo, no de un grupo de críticas o chismes. Los padres están aquí para ayudarse los unos a los otros, para apoyarse el uno al otro.**



Discusión Guiada con los Padres

(10 min)

- Pregunte sobre la tarea asignada y elogie a los padres por practicar sus nuevas habilidades.
- La tarea asignada era para que los padres pasaran un tiempo disfrutando de sus hijos, elogiándolos por los buenos comportamientos e ignorando los comportamientos de menor importancia.
- Preguntar a los padres si recuerdan algunas de las ideas discutidas en la sesión anterior. Pregúnteles cómo los padres pueden elogiar a los niños.
- A continuación se pregúnteles si alguien elogió a su hijo. Si lo hicieron, pídales que fue lo que elogiaron y cómo su hijo respondió al elogio.
- Pregunte ¿cómo se sintió al pasar tiempo de calidad con su hijo?
- Elogie a los padres por cualquier esfuerzo que hayan hecho para poder pasar tiempo apoyando y elogiando a sus hijos.
- Si queda tiempo, practique el elogio y el ignorar durante unos minutos.



(10 min)

2. Actividad para los Padres

Los facilitadores pasarán un poco de tiempo al principio de todas las sesiones restantes enseñando y practicando actividades de apoyo y actividades positivas para que los padres intenten usarlas en casa con sus hijos.

- Pregunte a los padres si tienen una canción que les gustaría cantar el día de hoy. Si alguien tiene una sugerencia, cantar esa canción. Si nadie tiene una sugerencia, pídeles a los padres que practiquen el juego que se presenta continuación. Haga énfasis en que los juegos que aprenden en estas sesiones están creados para que sean jugados en casa con sus hijos! El objetivo es que los padres practiquen el juego y el elogio!
- Haga que los padres piensen en un animal. Luego pídeles que piensen en cómo suena y se mueve a ese animal. Vaya alrededor del círculo y pida a cada padre que represente su animal imaginario, mientras que los demás adivinaban qué tipo de animal están intentando ser. Haga esto con todos los padres!



(25 min)

3. Principios de Comunicación

Los niños, así como también los adultos, tienen diferentes estilos de comunicación. Existen algunos principios de la comunicación que deben ser entendidos por los padres que quieren comunicarse con éxito con sus hijos (la siguiente lista de obligaciones puede ser discutida con las opiniones y ejemplos de los padres):

- Cada los niño, al igual que cada adulto, es único y tiene un tipo de temperamento específico: franco, introvertido, expresivo, tímido, dinámico, nervioso, etc.
- Los bebés y niños pequeños utilizan formas verbales y no verbales para comunicar sus necesidades antes que aprendan a hablar. Estas formas de comunicación se denominan señales. Las señales, como el llanto o tratar de alcanzar algo, son muchas y muy variadas.
- Si hay disponibles, muéstreles imágenes de revistas de bebés y niños pequeños pregunte a los padres lo que estos bebés y niños pequeños están tratando de comunicar.
- El hablar con bebés y niños ayuda a que estos desarrollen el lenguaje. Ayuden a sus hijos a entender el lenguaje hablando en oraciones completas y explicándoles palabras que no entienden. Los padres deben describir su entorno y hablar de los sentimientos que ellos produjeron con su llegada al mundo. Los niños también aprenden a comunicarse con gestos y expresiones bien antes que empiecen hablar.

Los facilitadores pueden preguntar a los padres cómo pudieran apoyar a los niños pequeños en el desarrollo de habilidades lingüísticas. Utilice las afirmaciones a continuación para iniciar la discusión, si es necesario.

- **Mire y escuche al bebé.** Imagínese lo que él o ella están pensando y sintiendo.
- **Repita los sonidos que el niño usa** y tenga charlas con él/ella. Recuerde que es un “toma y dame!”
- **Lea, cante y cuente historias a los niños pequeños.** Estas son formas divertidas para ayudar los niños a entender el significado de nuevas palabras e ideas.
- **Hable sobre las actividades (juegos, tareas del hogar, visitas-en tiempo real, a medida que actividades se desarrollan.** Recuerde: el juego es la mejor manera de comunicarse con los bebés ¡y niños!



(10 min)

Actividad para los Padres: Practique la Comunicación con Niños Pequeños

- Haga que los padres formen grupos de dos. Pídale a uno de los padres que finja que es un bebé. El "bebé" puede hacer sonidos y caras, mirar alrededor de la habitación y a su "padre". El padre puede practicar las habilidades de "toma y dame". Haga que el padre imite (respetuosamente) los sonidos y rostros que crea el bebé. El padre debe darse cuenta y describir lo que mira el bebé. Después de cinco minutos, haga que los participantes cambien los roles.

Hablando el Idioma del Niño

- Los niños usan su imaginación e inventan mundos de fantasía mientras juegan. ¡Los padres deben incentivar el juego imaginativo e incluso participar en esos juegos de vez en cuando! Los niños son creativos y cuando te sientas y te unes a su juego, ¡incentivarás el desarrollo del lenguaje y aumentarás su autoestima!
- A veces puede ser difícil averiguar lo que los bebés y los niños pequeños están tratando de decir. Es fácil malinterpretar las acciones de los niños. Muchas veces, los niños y adultos se comunican en "diferentes idiomas" y eso puede ser la fuente de grandes conflictos, frustraciones y malentendidos. Cuando los niños están tristes, cansados o sufridos, por ejemplo, los padres pueden confundir su retraimiento con la obstinación o la falta de respeto. Los niños necesitan ayuda para superar estas emociones difíciles. Los facilitadores hablarán sobre un procedimiento para ayudar a los niños a enfrentar esas emociones desafiantes durante esta sesión.

Nota para los facilitadores

Es importante explicar la diferencia entre **empatía** y **simpatía**. La simpatía es sentir piedad o pena por la desgracia de otra persona. La empatía es la capacidad de estar en los zapatos de otra persona y experimentar sus sentimientos. La empatía requiere imaginación y trabajo. A veces ayuda si las personas han compartido experiencias similares.

Una Comunicación Efectiva Toma Tiempo y Respeto

- Pregunte a los padres cómo perciben la comunicación con sus hijos. Pregunte si alguien alguna vez usó o escuchó expresiones despectivas como "Es solo un niño, no importa lo que diga" o "No pierda el tiempo explicándole nada, de todos modos no lo va a entender".
- Los padres deben demostrar que respetan lo que dicen los niños si los niños se van a sentir valorado y amados.
- **¡Los padres necesitan dedicar tiempo!** Pasar tiempo comunicándose es una excelente manera de construir una relación de confianza con su hijo.
- La comunicación es diálogo y requiere la participación de ambas partes, padres e hijos.
- Pregunte a los padres si tienen alguna pregunta sobre lo que es la comunicación.



(10 min)

4. El Concepto de Empatía

- Escriba la palabra **EMPATÍA** en el rotafolio o en un papel para que los padres puedan ver la palabra.
- Haga una lluvia de ideas con los padres sobre los posibles significados de la palabra.
 - La empatía es la capacidad que tiene una persona para percibir las emociones, las necesidades y los deseos de otra persona. Es la habilidad que tiene una persona para caminar en los zapatos de otra persona y sentir cómo es eso.
 - En lo que se refiere a la crianza de los hijos, la empatía es la capacidad de percibir las emociones, las necesidades y los deseos de un niño. Es la capacidad de responder a un niño de forma enriquecedora, centrándose en el bienestar positivo del niño.

- Empatía, para explicarlo de manera más simple, es la capacidad de comprender y actuar con cuidado.
- Comience una discusión preguntando a los padres esta pregunta: ¿por qué la empatía es tan necesaria para que los padres tengan éxito? Si es necesario, ofrezca algunas de las siguientes razones (hay muchas más de las que están referidas a continuación):
 - Los padres empáticos se aseguran de que se satisfagan las necesidades de sus hijos.
 - Los padres que demuestran empatía por una persona también enseña a los niños a cuidarse a sí mismos y a los demás. Los niños necesitan aprender a comprender los sentimientos de los demás; si lo hacen, ellos estarán más y mejores preparados para ayudarlos.
 - Cuando respondemos con empatía a los niños, les comunicamos que son importantes. Cuando los niños dicen cosas como "Estoy cansado... Tengo frío... Tengo sueño", y si sus padres sienten empatía con ellos, estarán contribuyendo a su desarrollo social y emocional saludable.



(15 min)

5. Empatía a Través la Técnica de los Pasos

- Siendo empático, entendiendo los sentimientos y necesidades de los demás, ayuda a los padres a entender por qué los niños se comportan de cierta manera, y por lo tanto ayuda a los padres a reaccionar de una manera más constructiva y amorosa.
- Una simple técnica de como "Identificar y Respetar Los Sentimientos de Tu Hijo", puede marcar la diferencia y ayudar a los padres a mejorar la empatía.

Paso 1 Identifica la sensación

Paso 2 Determina el motivo

Paso 3 Respetar la sensación

Paso 4 Tome medidas: ayude al niño con sus sentimientos.

- El primer paso para dominar la técnica de "identificar y respetar los sentimientos de su hijo" es identificar o etiquetar la emoción que siente alguien: "*Samuel, en verdad tienes miedo en este momento, ¿verdad?*" Los padres que se expresan de esta manera están enseñando sus hijos a identificar sus propios sentimientos. Los niños necesitan ponerle palabras a los sentimientos que son nuevos para ellos.
- El segundo paso es entender por qué el niño se siente asustado: "*Samuel, ¿por qué estás tan asustado?*" A veces los niños no pueden decir por qué sienten lo que sienten. Respetar sus sentimientos es mucho más importante cuando los niños tienen dificultad para expresarlos.
- El tercer paso es respete los sentimientos de un niño: "*Tengo miedo porque los monstruos en el escaparate me dan miedo*". No ignoren sus razones. Si un niño no sabe por qué tiene miedo, respete su confusión: "*Sé que sientes miedo, pero estoy aquí para protegerte*". En ambos casos, Samuel y sus sentimientos son respetados. Los facilitadores pueden dar ejemplos de poca empatía: "*Bueno, esa es la cosa más estúpida que he escuchado, ¡miedo a los monstruos en tu armario!*" O "*No hay nada por lo que tener miedo. No hay monstruos tales monstruos en el escaparate Todo está en tu imaginación*". Tales declaraciones menosprecian al niño y no respetan sus sentimientos. Si los padres menosprecian al niño, es posible que ya no les hablen más de sus sentimientos.

Nota para los Facilitadores

Los actos de violencia como sacudones, golpes e incluso abuso verbal, no son actos de empatía, aunque los padres pueden decirle al niño lo mucho que los ama y que el acto de violencia fue por su propio bien. Tal comportamiento crea la impresión de que las personas que se preocupan por usted también lo lastiman. Esto no solo es confuso para los niños, sino que fomenta en ellos una tendencia hacia la violencia. Queremos que los niños experimenten relaciones mutuamente satisfactorias y aprendan a preocuparse por los demás. ¡Esto comienza con una relación mutuamente satisfactoria contigo!

- El cuarto paso es actuar para ayudar al niño con sus sentimientos. A veces la situación puede requerir que el padre y el hijo discutan juntos las posibles acciones que pueden remediar la situación: *"Hagamos una lluvia de ideas sobre lo que podemos hacer para ayudarlo a sentirse más seguro"*. A veces la situación simplemente requiere que el padre consuele al niño o comparta su alegría: *"Muy bien que anoche hayas dormido en tu propia cama. ¡Apuesto a que ya no te da miedo dormir solo!"*, *"Muy bien!"*



6. Actividad para los Padres: Practicar los Cuatro Pasos de la Empatía

(10 min)

- Tómese unos minutos para intercambiar ideas con los padres sobre las palabras que describen los sentimientos. Los facilitadores luego entrenarán a dos padres en esta práctica mientras el grupo observa.
- Dígame a uno de los participantes que interpretará a un niño que tiene 5 años. El niño acaba de tener una discusión con un amigo y se siente triste.
- El otro participante interpretará al padre y ayudará al niño a identificar su sentimiento al decir algo como, *"Oh, te ves triste"*. Entonces el padre puede preguntar: *"¿Qué ha sucedido?"*. El niño puede decir: *"Tuve una discusión" con mi amigo y ahora mis otros amigos no quieren jugar conmigo"*. Luego, el padre pasa al paso tres y dice algo así como: *"No nos sentimos muy bien cuando discutimos con nuestros amigos. Sé que debes sentirte triste por eso"*. Entonces, el padre puede decirle al niño: *"¿Cómo te gustaría que ayude a resolver?"*
- Después del ejercicio, pídale a los padres que comenten y elogien positivamente a los jugadores de roles por sus esfuerzos.
- Si queda tiempo, haga que los padres hagan parejas y practiquen los cuatro pasos.



7. Tarea para la Casa

(5 min)

- Dígame a los padres que durante las próximas dos semanas, practicarán una nueva técnica fantástica, tal vez sea la herramienta más importante para padres para que puedan aprender: *¡la empatía!* Los padres pueden usar el enfoque de cuatro pasos:

Paso 1 Identifica la sensación.

Paso 2 Determina el motivo.

Paso 3 Respetar la sensación.

Paso 4 Tome medidas: ayude al niño con sus sentimientos.

Los padres también pueden seguir el proceso de cuatro pasos para comprender sus propios sentimientos: *"¿Qué siento? ¿Por qué? La forma en que siento está bien, puedo aceptar la forma en que me siento sin importar cuán lógica o inapropiada sea. Respetaré mis sentimientos. Trataré esos sentimientos de forma segura y constructiva."*

- Acuerde con los padres que pasarán tiempo jugando con sus hijos. No funciona, ¡pero está jugando!



8. Evaluación

(10 min)

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas les hubiera gustado hacer pero no tuvieron la oportunidad de hacerlas?

- ¿Qué tan útil fue esta sesión?
- ¿Tienen algún otro comentario o sugerencia?



(10 min)

9. Actividad de Fin de Sesión

Pida a un voluntario que se ubique en el centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo de este padre (solo se permiten comentarios positivos, este es un ejercicio de elogio). Cada padre en el grupo le dirá algo positivo al padre que está en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio desde ahora hasta el final de cada sesión, centrándose en un padre diferente cada vez que lo practique. Todos los padres tendrán la oportunidad de pararse en el centro del círculo y recibirán elogios. Pueden darse un "Abrazo grupal" si es conveniente.*

Para cada sesión, el facilitador deberá comenzar este ejercicio diciendo al padre que está ubicado en el centro del círculo algo como, *"el día de hoy aprecio mucho sus contribuciones a nuestro grupo"*, que se describa en detalle una contribución específica, y añada, *"Usted es una persona especial y un miembro muy positivo para nuestro grupo de padres."*

De, a todos los padres del grupo, la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales por su participación.

Por favor, al final de la sesión, entregue a cada uno de los padres que hayan formado la lista de asistencia el/los folleto(s) correspondientes a la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si hay otra persona diferente al grupo que está presente (por ejemplo una madre acompañada de un bebé), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, tome nota de eso también. Recuerde, también, que si alguien pierde una sesión, tiene que recordarle que él/ella puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas domiciliarias ayudarán, también.



10. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de monitoreo de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique la razón. Los facilitadores también deben registrar los comentarios de los padres en los formatos de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia de la sesión.

Sesión 5

Necesito Cuidarme Bien Para Poder Cuidar Bien a Mis Hijos



Los padres que se respetan el uno al otro y a sí mismos contribuyen a un ambiente que respalda el desarrollo saludable de los niños: el bienestar social y emocional es un ingrediente necesario para las prácticas de crianza saludables.



Objetivos

1. Los participantes explorarán sus propias necesidades psicológicas, sociales y emocionales para cuidarse a sí mismos.
2. Los participantes comprenderán el impacto del estrés de los padres en los niños.



Materiales

Hojas de asistencia separadas para llegadas y salidas
Rotafolio y marcadores, si están disponibles (si no, lapicero y papel)
Currículo de crianza
Material para los padres para la Sesión 5

Antes de la sesión: ¡Prepárate!

- Lea todos los materiales para esta sesión y haga copias del folleto principal para cada padre. Asegúrese de darle a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Organice un espacio que sea propicio para el aprendizaje y sin interrupciones; que se sienten en círculo para generar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben llegar a tiempo.
- Revisión de la sesión 4, incluida la lista de verificación de fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y realice los cambios necesarios en función de sus comentarios.

Asistencia (Fecha y lugar deben anotarse)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se le recomienda a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la paternidad es una responsabilidad compartida. Indique si existe alguno de los presentes asiste con un padre u otra persona (por ejemplo un niño u otro miembro de la familia).



(10 min)

1. Introducción

¡Dé la bienvenida a los padres y felicítelos por estar hoy en su grupo! ¡Hágales saber cuánto aprecia esta oportunidad de pasar tiempo con ellos!

Discusión dirigida con los padres

- Repase las aspiraciones y expectativas que los padres tuvieron para este programa desde la primera sesión. Pregunte a todos los padres si se están cumpliendo sus expectativas.
- Pregunte sobre la tarea asignada y elogie a los padres por practicar sus nuevas habilidades.
- La tarea de la última sesión fue practicar en casa la técnica de cuatro pasos para la empatía:

Paso 1 Identifica la sensación.

Paso 2 Determina el motivo.

Paso 3 Respetar la sensación.

Paso 4 Actúa: ayuda al niño con sus sentimientos

- Pídale a los padres que den ejemplos de las veces que pudieron completar este proceso de los cuatro pasos con sus hijos en casa.



(5 min)

2. Actividad para los Padres

Los facilitadores pasarán un poco de tiempo al comienzo de todas las sesiones restantes enseñando y practicando actividades positivas y enriquecedoras para que los padres prueben en casa con sus hijos.

Pregunte a los padres si tienen una canción que les gustaría cantar hoy. Si alguien tiene una sugerencia, cante esa canción. Si nadie tiene una sugerencia, haga que los padres practiquen el juego a continuación. Enfátice que los juegos que aprenden en estas sesiones se hacen con el propósito de que los usen en casa con sus hijos.

Pídale a los participantes que se pongan de pie en un tramo circular y se relajen.

- Déle a cada participante un número: 1, 2, 3, 4, 5 ...
- Crea un ritmo aplaudiendo ...
- Explique el ejercicio: todos en el grupo van a contarles a los demás participantes algo sobre sí mismos y luego hacer una pregunta a otro participante diciendo un número al azar. La gente tendrá que estar atenta y reaccionar rápidamente si dicen su número que le tocó.

- Reglas: si alguien no responde en el momento que sea dicho su número, él o ella queda eliminado; si alguien responde al número equivocado; ella o él está eliminado; y si alguien llama a un número que ya fue eliminado, la persona que llama también es eliminada. Por ejemplo:
 - Aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ Mi nombre es Pedro aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ Me gustan las piñas calientes aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ ¿Y ahora el 14? Aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~.
 - (Ahora es el turno del número 14) Aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~. Nunca las he probado (las piñas calientes) aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ Pero quiero decirte que aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ Sueño con construir aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ una casa aplau~~de~~ en la playa aplau~~de~~ ¿Y tú 7?
 - Aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ No me gustaría vivir de la playa junto al mar, aplau~~de~~, aplau~~de~~ Pero quiero decirte que soy un buen nadador y me encanta pescar, aplau~~de~~, aplau~~de~~, aplau~~de~~ ¿Y tú...? (Ahora es el turno del número 1).
- Ríete y diviértete.



(15 min)

3. La Empatía Comienza con la Comprensión de Nuestros Propios Sentimientos

- Pídale a los padres que recuerden lo que significa la "Empatía." Haga una lluvia de ideas con ellos sobre sus ideas con respecto a la empatía.
 - Haga este punto clave: *"Cuando hablamos sobre la empatía, hablamos sobre cómo entender lo siente otra persona. Esto está relacionado con sentir compasión por los demás".*
- Pregunte a los padres si recuerdan el cuatro paso de las técnicas *"Identificar y Respetar los Sentimientos de su Hijo"* introducida durante la Sesión 4. Repase los pasos nuevamente (escríbalos en el rotafolio):

Paso 1 Identifica la sensación.

Paso 2 Determina el motivo.

Paso 3 Respetar la sensación.

Paso 4 Tome medidas: ayude al niño con sus sentimientos.
- Presente la idea de que los padres también pueden usar la técnica de cuatro pasos para ellos y para los demás. Los adultos pueden identificar sus propios sentimientos, descubrir por qué se sienten así, respetar sus propios sentimientos y luego responder a ellos. ¡Es importante que los padres se muestren compasivos consigo mismos y no solo con sus hijos!
- Pregunte a los participantes si alguien ha intentado usar la técnica en sí mismos. Deje que los padres compartan sus experiencias.



(15 min)

4. Actividad para los padres: Manejar Sentimientos Difíciles

Hable con los padres sobre cómo manejar sus propios sentimientos, especialmente aquellos que todos experimentamos, sentimientos como tristeza, enojo, celos, odio, menosprecio, ira, intolerancia, etc.

Divida a los padres en parejas (las parejas o los cónyuges deben separarse para esta actividad). Dígalos, "Vamos a pensar en situaciones cuando nos enojamos o experimentamos otros sentimientos difíciles. Pídeles que respondan las siguientes preguntas:

- "¿Cuándo me molesto realmente? ¿Qué me hace sentir muy enojado? ¿Qué hago cuando me enoja mucho? ¿Pierdo el control? ¿Me vuelvo violento?"
- Después de 5 minutos, pídeles a los padres que se reagrupen en el círculo. Pídeles a algunos de ellos que comparta lo que hablaron con su compañero.



(5 min)

5. Violencia y Efectos en los Niños

- A veces los padres se sienten abrumados y las situaciones estresantes se vuelven difíciles de manejar. A veces los niños son testigos de este enojo o incluso llevan la peor parte de las frustraciones de sus padres.
- Las investigaciones indican que los niños que son víctimas de la violencia pueden sufrir terribles consecuencias de desarrollo. Los niños que presencian la violencia pueden experimentar las mismas consecuencias negativas: menor actividad cerebral y conectividad neuronal, inhibición del desarrollo de ciertas áreas del cerebro, etc.
- Los padres *enseñan más a los niños por lo que hacen, que por lo que dicen*. Si los padres les dicen que sean amables, pero luego gritan y gritan, les están enseñando que gritar y gritar son aceptables cuando están enojados.
- Recuerde: *¡los niños hacen lo que hacemos!* Es importante manejar el conflicto de manera segura y tranquila. Existe un proverbio de Tanzania que dice: MTOTO UMLEAVYO NDIVYO AKUAVYO! (*¡La forma en que crías a un niño es cómo crecerá!*)
- Los padres que se tratan con amabilidad, respeto, tolerancia y dignidad modelan comportamientos saludables y amorosos para sus hijos. Cuando los padres actúan en formas de nutrirse uno hacia el otro, están nutriendo a sus hijos tanto como a sí mismos.
- Promueva la crianza positiva como estilo de vida ya que ésta no es solo para nuestros hijos sino también para todos los seres humanos. Los adultos necesitan cultivar su propia paz interior, tolerancia y pensamiento positivo.
- Pregunte a los participantes si tienen alguna pregunta.

Nota para los Facilitadores

Enfatice la importancia en que madres y padres usen las siguientes habilidades y técnicas en casa.



(5 min)

6. Habilidades para manejar pensamientos y sentimientos negativos

- Hay momentos en que todos manejan los sentimientos de mala manera. Por ejemplo, algunas personas gritan o lastiman físicamente a otros, algunas personas beben alcohol en exceso; algunas personas ignoran a otras o se niegan a hablar. Los pensamientos de ira y negativos pueden prolongar los sentimientos negativos. Puede ser difícil resistirse a cambiar estas respuestas, pero las personas pueden cultivar formas alternativas que sean más positivas.
- Pregunte a los padres cómo manejan los sentimientos negativos; Escriba sus respuestas en el rotafolio. Dígales que aprenderán un par de técnicas para ayudarlos a manejar los sentimientos negativos de manera constructiva.



(10 min)

Habilidad N° 1: RELAJA el cuerpo y la mente

Las investigaciones muestran que la relajación es una de las formas más efectivas de reducir los sentimientos negativos, la preocupación y el estrés general.

Respiración profunda: una forma de relajar el cuerpo es respirar profunda y lentamente. Cierra tus ojos. Inhale por la nariz y exhale por la boca. Cuando respiramos, queremos que nuestro estómago se extienda: este es un tipo de respiración diferente, tal vez se sienta un tanto extraño al principio. Haga que el grupo lo intente al mismo tiempo e indique las siguientes instrucciones:

- Cierra sus ojos y pongan su mano sobre tu estómago.
- Inhalen muy lentamente y traten de llevar el aire hasta el estómago (para que su estómago se expanda).
- Ahora exhalen muy lentamente por la boca (sientan que su estómago vuelve a contraerse).
- Mientras respiren, traten de relajar todos los músculos de su cuerpo.
- Puede ser útil contar hasta tres lentamente mientras respiran y nuevamente contar hasta tres lentamente mientras exhalan.
- Repitan cinco veces. (Espere hasta que todos terminen el ejercicio).
- Ahora los padres abren los ojos. Pregúnteles ¿Cómo se sienten? Haga hincapié en que si practican esta técnica solo unos minutos todos los días, deberían sentirse más relajados. Los padres pueden hacer una pausa para hacer este ejercicio cada vez que se sientan estresados para ayudarlos a calmarse.

También hay otras formas de relajar la mente y el cuerpo. Pregunte a los participantes si pueden ofrecer métodos. Las personas pueden sugerir oración, meditación, siestas, etc.



(10 min)

Habilidad Nº 2: Pensamientos POSITIVOS

A veces, nuestros cónyuges, vecinos o hijos pueden decir o hacer algo que nos enoje, nos pone tristes, nos pone nerviosos o nos asusta. Haga que los padres prueben los pasos de "autodiscurso positivo" que se detallan a continuación para ayudarse a sí mismos a mantener la calma. Nunca está bien actuar violentamente hacia otro adulto o niño por enojo.

- Identifica la sensación de enojo.
- Pregúntate, ¿por qué estoy enojado?
- Entonces cuéntate a ti mismo algo positivo sobre esa persona (Que soy Yo). Podrías decirte a ti mismo, por ejemplo, *"Él/Ella a veces es terco, pero lo amo porque tiene un gran corazón, porque se ocupa de la casa, o porque me hace reír cuando estoy triste"*. O puede decirse algo positivo sobre una situación que le causa estrés: *"Tengo problemas para pagar mi deuda, pero voy a encontrar el coraje para aprender de esta situación"*

Todos tienen un lado positivo. Cuando se enojen intenten recordar ese lado positivo que tenemos.

Ahora dígales a los participantes que ahora ellos se van a decir cosas positivas sobre ellos mismos. Cuanto más se cuiden los padres a sí mismos, más podrán cuidar a los demás, incluidos sus cónyuges e hijos.



(10 min)

Actividad para los padres: "Soy un buen padre y una buena persona"

- Pregunte a los padres: "¿Cuáles son las técnicas más importantes para apoyar la crianza?" Si es necesario, deje que ellos expliquen o sugieran ejemplos como los siguientes
 - Amor
 - Atención
 - Elogio
- Cuanto más elogiamos a nuestros hijos, más desarrollamos su confianza en sí mismos, sus habilidades sociales, su capacidad intelectual y sus sentimientos y recuerdos positivos.

- Pregunte a los padres: "¿Nos elogiamos a nosotros mismos como personas? ¿Nos elogiamos a nosotros mismos como padres?"
- Ser padre es muy gratificante, pero también desafiante. Los facilitadores pueden decirle a los padres: *"Elógiense a sí mismos por estar intentando ser buenos padres". Todos ustedes tienen talentos y habilidades maravillosos y al estar aquí están demostrando y tratando de ser aún mejores padres. Cuiden a sus hijos y ámenlos".*
- Divida a los participantes en tres grupos pequeños para facilitar un intercambio más profundo.
 - Pídale a los participantes que describan sus talentos y habilidades positivas como padres el uno al otro. Pídales que hablen sobre lo que hacen bien como padre, cónyuge, mujer o hombre. Pídales que enumeren sus mejores cualidades: por ejemplo, que sean inteligentes, trabajadores, considerados, etc.



(10 min)

Habilidad N.º 3: Tómate Tu Tiempo para Cuidarte

Dígale a los padres.

"¡Todos están haciendo el difícil tarea de ser padres! Hemos aprendido muchas cosas que practicamos con nuestros hijos todos los días. Estamos aprendiendo cómo cuidar mejor a nuestros niños." "¿Pero quién va a cuidar de ti? Tenemos que cuidarnos a nosotros mismos. ¿Cómo vamos a cuidar a nuestros hijos, darles nuestra energía y amor, si no tenemos esa energía de amarnos a nosotros mismos? Si no nos amamos, será difícil amar a nuestros hijos y enseñarles a amarse a ellos mismos y a sus familias".



Actividad para los padres: Formas de cuidarnos a nosotros mismos

- Haga una lluvia de ideas con todo el grupo para que puedan cuidar de sí mismos. Explique a dónde pueden ir para obtener ayuda si la necesitan: iglesias, la oficina de bienestar social del distrito, etc.
- Si es necesario: explore con los padres por qué beber en exceso no es una forma saludable de lidiar con el estrés y ayúdeles a pensar en formas más saludables de cuidarse a sí mismos.
- Los padres pueden enseñar técnicas entre sí para relajarse y encontrar la paz. Anime a los padres a que se llamen unos a otros en busca de ayuda para ser mejores padres.
- Dígales a los padres: ¡Cuidarse es un gran paso para ser un mejor padre!



(10 min)

7. Tarea para la casa

- ¡Haga que los padres elijan una manera de cuidarse durante la próxima semana! Practique este método para aumentar los pensamientos y sentimientos positivos.
- Dígales a los padres que se les preguntará sobre el tiempo de apoyo que pasan con sus hijos durante la semana. Escriba sus objetivos para que sean revisados en la siguiente sesión.



(10 min)

8. Evaluación

Haga las cuatro preguntas siguientes:

- ¿Qué es lo que más les gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas les hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlas?

- ¿Qué tan fue útil esta sesión?
- ¿Tienen algún otro comentario o sugerencia?



9. Actividad de fin de sesión

(10 min)

Pida a un voluntario que se ubique en el centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo de este padre (solo se permiten comentarios positivos, este es un ejercicio de elogio). Cada padre en el grupo le dirá algo positivo al padre que está en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio desde ahora hasta el final de cada sesión, centrándose en un padre diferente cada vez. Todos los padres tendrán la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir elogios.*

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciendo al padre que está en el centro del círculo algo como, “he apreciado sus contribuciones a nuestra noche de grupo”, que describe en detalle una contribución específica, y añadir, “Usted es una persona muy especial y un miembro muy positivo para nuestro grupo de padres.”

De a todos los padres del grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, al final de la sesión, entregue a cada uno de los padres que hayan formado la lista de asistencia el/los folleto(s) correspondientes a la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si hay otra persona diferente al grupo que está presente (por ejemplo una madre acompañada de un bebé), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, tome nota de eso también. Recuerde, también, que si alguien pierde una sesión, tiene que recordarle que él/ella puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas domiciliarias ayudarán, también.



10. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de monitoreo de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique la razón. Los facilitadores también deben registrar los comentarios de los padres en los formatos de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia de la sesión.

Sesión 6

Armonía y Responsabilidad en Mi Casa



Todos los adultos son responsables de crear un ambiente de hogar tranquilo y estructurado que permita el desarrollo saludable de los niños; los niños necesitan orientación positiva y rutinas.



Objetivos

1. Los participantes comprenderán que las técnicas positivas para la crianza de los hijos, como el establecimiento de reglas y el seguimiento de las consecuencias, son importantes para todos los niños bajo su cuidado.
2. Los participantes aprenderán técnicas para reforzar el buen comportamiento y disminuir la mala conducta.
3. Los participantes aprenderán a establecer una disciplina que reconozca la dignidad de todos los miembros de la familia



Materiales

Hojas de asistencia separadas para llegadas y salidas
Rotafolio y marcadores, si están disponibles (si no, lapicero y papel)
Plan de estudios
Materiales para padres para la Sesión 6



Antes de la sesión: ¡Prepárate!

- Lea todos los materiales para esta sesión y haga copias del folleto principal para cada padre. Asegúrese de darle a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Organice un espacio que sea propicio para el aprendizaje y sin interrupciones; que se sienten en círculo para generar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben llegar a tiempo.
- Revisión de la sesión 5, incluida la lista de verificación de fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y realice los cambios necesarios en función de sus comentarios.

Asistencia (Fecha y lugar deben anotarse)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se le recomienda a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la paternidad es una responsabilidad compartida. Indicar si existe alguno de los presentes asiste con un padre u otra persona (por ejemplo un niño u otro miembro de la familia)

Nota para los Facilitadores

Esta sesión puede ser difícil e incómoda para algunos padres; pueden sentirse culpables debido a las duras técnicas de disciplina que han usado con sus hijos, o pueden albergar sentimientos de resentimiento contra sus propios padres que pueden haberlos tratado con dureza cuando eran niños. Tenga en cuenta esto y **resalte lo positivo**, para que los padres se den cuenta de que pueden aprender nuevas técnicas de disciplina no violenta para usar con sus hijos, y que no necesitan culpar a sus propios padres porque a menudo estaban haciendo lo mejor que podían. Las investigaciones nos han enseñado estrategias de disciplina más efectivas y menos duras.



(5 min)

1. Introducción

- Dé la bienvenida a los padres y felicítelos por asistir a esta sexta sesión.
- Dígales a los padres que durante esta sesión, aprenderán a establecer las reglas del hogar, a fomentar el cumplimiento de esas reglas y a manejar la mala conducta.



(10 min)

2. Discusión dirigida

- Pregúnteles a los padres acerca de su tarea en casa; felicítelos por intentarlo, señalando que el intentarlo es la parte más importante del proceso de convertirse en padres más amorosos. Pregúnteles si usaron la técnica de los cuatro pasos "evaluar y respetar los sentimientos de su hijo" para identificar sus propios sentimientos.

Paso 1 Identifica la sensación.

Paso 2 Determina el motivo.

Paso 3 Respetar los sentimientos.

Paso 4 Tome medidas: ayude al niño con sus sentimientos.

- Pregunte a los padres si discutieron otras formas de cuidarse durante las reuniones con sus grupos de apoyo para padres.
- Pregunte a los padres por sus familias e hijos. ¿Han notado cambios en sí mismos con respecto a la forma en que interactúan con sus hijos? ¿Qué técnicas positivas y de apoyo usan con sus hijos?



Actividad para padres: Fomentar las Interacciones juguetonas entre padres e Hijos

Pregunte si alguno de los padres quiere cantar una canción o ha preparado un ejercicio, o juego que desean compartir. ¡Motívelos a la participación, la imaginación y la alegría!

Si nadie ofrece una canción o juego, enséñele la siguiente actividad:

La canción de Mama Halima

El facilitador dice *Mama Halima*; los padres repiten *Mama Halima*. El facilitador dice *que agita ugali; repiten está revolviendo ugali*. El facilitador dice *por su mano derecha; repiten por su mano derecha*. (El facilitador y los participantes simulan moverse con la mano derecha).

Que se cante el resto de la canción de la misma manera como en las líneas que arriba.

Mama Halima está revolviendo ugali con la mano izquierda (pídales a los participantes que empiecen a moverse con la mano izquierda, además de la mano derecha).

Mama Halima está revolviendo ugali con su pierna derecha (pídales a los participantes que empiecen a moverse con la pierna derecha, además de las manos derecha e izquierda).

Mama Halima está revolviendo ugali con su pierna izquierda (haga que los participantes comiencen a moverse con la pierna izquierda, además de la pierna derecha, derecha e izquierda).

Mama Halima está revolviendo ugali con la cabeza (haga que los participantes comiencen a remover con sus cabezas además).

Mama Halima está revolviendo ugali con su cintura (igual que arriba).

Agradezca a los participantes y pregunte si sus hijos disfrutarían cantando esta canción con ellos.



3. Los Hijos Necesitan Disciplina, Orientación y Estructura

- (10 min) > ¿Qué queremos decir con disciplina? Pídale a los padres que describan su noción de disciplina.
- > Los niños deben ser guiados por los padres para aprender cómo convertirse en buenos miembros de la comunidad y de la familia. Necesitan saber qué valores / principios les ayudarán a prosperar (respeto, compasión, responsabilidad, amabilidad, autoestima, generosidad y afecto)
 - > Los padres pueden ayudar a los niños a aprender a respetar a los adultos y convertirse en miembros productivos de la comunidad. Los padres pueden establecer las reglas del hogar, usar su atención de manera estratégica y cumplir con las consecuencias de los buenos (y malos) comportamientos. Los padres y los niños deben tener expectativas razonables entre ellos: los padres deben esperar que sus hijos sigan sus ejemplos de buen comportamiento, y los niños deben esperar que los padres los protejan y los guíen.



Actividad para los Padres

- > Abra un diálogo sobre las expectativas y haga una lista en el rotafolio. Dé a los padres unos minutos para crear una lista de comportamientos deseados.
- > Existen estrategias de disciplina positivas y efectivas que enseñan a los niños conductas prosociales, y existen estrategias de disciplina violentas negativas y menos efectivas que pueden enseñar a los niños conductas violentas.
- > Pregunte a los padres por qué la disciplina con dignidad es importante. Explique que la violencia es humillante y la humillación solo crea frustración y resentimiento. Si humillas a tus hijos y les faltas el respeto, les estás enseñando que está bien humillar a las personas y faltarles el respeto.

Para que los niños aprendan mejor, nuestras palabras y nuestras acciones deben ser las mismas: usted dice que trata a las personas con respeto, entonces debe respetar a las personas, incluidos los niños.

- Si los padres respetan a los niños, comprenden sus sentimientos y los tratan con empatía, se sentirán bien consigo mismos. Les estarán enseñando que todos merecen ser tratados con amabilidad, respeto y dignidad.



(10 min)

4. Principios de Disciplina Efectiva

- **¡Los niños no necesitan disciplina!** No puedes consentir a un bebé si lo levantas cuando están llorando. El llanto es la manera en que un bebé se comunica con nosotros cuando lo necesita.
- **¡La disciplina es más efectiva cuando los padres pasan tiempo positivo y de calidad con sus hijos!** Si los niños sienten que el tiempo que pasan con los padres es desagradable (si los padres siempre les están gritando, quejándose, haciéndolos trabajar) no querrán estar con ellos y no los respetarán. Los padres y madres deben establecer límites para sus hijos, pero también deben disfrutar de su compañía y jugar con ellos. Los padres que pasan tiempo creando una relación amorosa y positiva con sus hijos fomentan el respeto, y sus hijos querrán complacerlos y seguir las reglas que se establezcan.
- **Tratar a todos los niños de la misma manera.** Si los padres favorecen a algunos hijos (por ejemplo, los suyos) más que a otros (hijastros o huérfanos), están enseñando discriminación. El niño pensará que está bien tratar mal a algunas personas, particularmente a las personas que son diferentes a ellos. Tratar a todos los niños de la misma forma les enseña imparcialidad, justicia, resolución pacífica de conflictos, amor y consistencia. Los padres también harán que los niños cooperen con ellos y con los demás.
- Pregunte a los padres qué piensan acerca de la afirmación: *"A menudo tratamos a los niños de manera diferente"*. Permita tiempo para que los padres piensen en esto antes de decir algo como: *"Los niños deben ser tratados con respeto y dignidad constantemente si van a aprender a tratar a los demás". de la misma manera"*. La consistencia brinda a los niños una sensación de control y les ayuda a comprender su entorno. Si un niño es elogiado consistentemente por hacer su tarea, ¡será más probable que continúe haciendo su tarea en el futuro! También es probable que los niños sigan las reglas del hogar cuando esas reglas son claras y se aplican de manera coherente.
- Todos los niños en un hogar deben ser tratados con igual respeto y dignidad por los adultos en el hogar: hombres o mujeres, hijos biológicos o hijos adoptivos, todos deben ser tratados por igual. ¡Los padres que hacen esto modelan un comportamiento positivo para todos los niños de la familia!



(10 min)

5. Crear Reglas Domésticas

Los padres deben tener expectativas razonables sobre los niños de entre 9 meses y 3 años que siguen las reglas del hogar: ¡estos jóvenes recién están aprendiendo sobre los límites! Si los padres quieren que su hijo de 18 meses limpie su desorden, tendrán que ayudarlo a hacerlo hasta que pueda entender por sí mismo sus responsabilidades. No se debe esperar que los niños de esta edad recuerden y sigan las reglas como niños mayores. Los niños de 3 a 5 años deben ser informados sobre las reglas del hogar. Si los padres esperan un cierto comportamiento de su hijo, deben asegurarse de que el niño conozca las reglas. Esas reglas deben ser

apropiadas para la edad y comunicadas de manera efectiva. Si el niño sigue las reglas, elógielo.

Más adelante en la sesión, los facilitadores abordarán la idea de las consecuencias por no seguir las reglas.



Actividad para los Padres

(20 min)

Pídeles a los padres que se dividan en pequeños grupos de tres o cuatro, y haga que cada grupo presente dos o tres reglas para su hijo pequeño. Anime a los padres a ser claros y concisos con sus reglas. Recuérdeles que, con niños pequeños, ¡entre menos reglas, mejor! Los niños pequeños solo pueden recordar y respetar algunas reglas.

Los facilitadores pueden proporcionar ejemplos de reglas claras, amables y positivas:

- Todos en la casa deben lavarse las manos antes de comer; quien no se lave las manos no podrá comer.
- Todos en la casa serán tratados por igual y con respeto; si alguien muestra falta de respeto hacia otro, no se le permitirá participar en divertidas actividades familiares.
- Se espera que todos realicen tareas domésticas; si alguien decide no completar sus tareas, pierde el tiempo de juego al aire libre durante el día.

Una vez que los grupos hayan establecido sus reglas, seleccione dos padres para que hagan una representación de un padre explicando las reglas y las consecuencias a un niño. Enfátice que los padres necesitan explicar las reglas de la casa a los niños de una manera cortés y positiva. Haga que el padre en el juego de roles diga algo como: *"Estoy realmente orgulloso de ti y quiero continuar ayudándote a que te vaya bien en casa y con tus amigos, así que quiero contarte sobre las reglas de nuestro hogar. ¡Hay tres reglas importantes en nuestra casa y las reglas se aplican a todos! La primera regla es: todos son tratados con respeto en nuestra casa. El segundo es: todos harán sus propios quehaceres. El tercero es: todos lavarán sus propias manos antes de comer"*.

- Cuando se establecen y se acuerdan las reglas, los padres no necesitan amenazar a sus hijos con un castigo, porque los niños comprenderán las consecuencias de infringir las reglas. Por ejemplo, los padres pueden establecer una regla según la cual los niños se acostarán a las 8 p.m. Si no siguen esta regla, no podrán jugar fuera del día siguiente. *Asegúrate de cumplir con la consecuencia. Los niños deben darse cuenta de que serán responsables de no seguir las reglas.*
- **Cómo ganar privilegios:** si los niños cumplen con las reglas, ¡déles una recompensa, como pasar más tiempo lúdico con usted! ¡Los padres no necesitan recompensarlos siempre, pero las recompensas ocasionales contribuyen en gran medida a reforzar su buen comportamiento!



6. Alternativas a la Disciplina áspera: Fomentar el buen comportamiento

(30 min)

Hasta ahora, el grupo ha discutido algunas maneras de alentar el buen comportamiento y manejar la mala conducta: establecer las reglas del hogar, y ganar o negar privilegios. Ahora es el momento de revisar algunas de las otras estrategias abordadas en las sesiones anteriores.

La regla de oro de la psicología: los padres refuerzan el comportamiento de los niños con un refuerzo positivo ("Te amo cuando limpias tus cosas") o refuerzo negativo ("Te voy a golpear con un palo si sigues quejándote").

Los niños requieren atención, ya sea positiva o negativa. (Los facilitadores pueden recordar brevemente a los padres sobre la Sesión 3.) Si los padres prestan atención cuando los niños se quejan, discuten y gritan, envían un mensaje de que estos comportamientos negativos llaman su atención. Cuando los padres golpean a los niños porque hicieron algo mal, pueden reforzar ese comportamiento incorrecto. Por el contrario, si los padres alientan a un niño por un buen comportamiento, refuerzan dicho comportamiento. ¿Recuerdan el elogiar e ignorar? El elogio es una de las herramientas más poderosas disponibles para dar forma al comportamiento de un niño. Cuando su hijo se porta bien, dígame por qué es bueno y ¡querrá hacer más!

- **Elogiar:** los elogios ayudan a generar confianza en sí mismos, empatía, optimismo y una relación sólida con los padres. El elogio ayuda a los niños a desarrollar cerebros sanos. El elogio y el amor son las claves de la inteligencia y el desarrollo.
- **Ignorar:** los niños se comportarán acorde a lo que perciben cuando se den cuenta de que no recibirán atención por portarse mal. ¿Recuerdan cómo ignorar?
- **Distracción y redirección (especialmente para niños pequeños):** cuando un niño exhibe un comportamiento indeseable, los padres pueden dirigir su atención a otras cosas. Por ejemplo, cuando un niño llora después de que un padre le quita un juguete que pertenece a su hermano, el padre puede comenzar a hablar de un animal en la granja o decirle al niño: "Mary, ¿has visto la comida que cocina la abuela?"

Nota para el Facilitador

El siguiente ejercicio sirve como una revisión de la Sesión 3; ¡Explique al grupo que el cambio de comportamiento requiere práctica!

ADVERTENCIA: Algunos comportamientos no pueden ser ignorados. Cuando el niño está lastimando a otra persona, los padres deben usar otras técnicas, como tiempo de castigo, perder un privilegio, etc. El grupo aprenderá a usar el tiempo de castigo en la próxima sesión.



Actividad para padres: Practique "Elogiando o ignorando a mi hijo"

Pídale a dos padres que representen a un padre con un hijo o hija de aproximadamente 5 años. Pregúnteles a los padres qué comportamientos les gustan o no de sus propios hijos (juegos tranquilos, gritos y alaridos... etc.).

- Pídeles a los voluntarios que representen situaciones diferentes para que puedan practicar las técnicas de elogio e ignorar (2 minutos para cada práctica, hacer que los padres cambien los papeles y las técnicas).
- Pídale al resto de los participantes que observen y comenten *positivamente*.
- Explique a los padres que nunca habrán suficientes elogios cuando el niño trata e intenta de hacer algo bien. ¡El elogio alienta un comportamiento más positivo y hace que su hijo se sienta bien consigo mismo!
- Repita la práctica con diferentes padres (hasta 15 minutos). Enfatice que elogiar e ignorar no es solo un ejercicio que necesitan practicar en casa, sino que es la forma más efectiva de ayudar a los niños a aprender comportamientos que los ayudarán socialmente y en la vida.



7. Tarea para la casa

(5 min)

Haga que el grupo decida sobre dos o tres reglas del hogar (y las consecuencias por no seguir esas reglas). El grupo debe practicar estas reglas y consecuencias con sus hijos en casa. Recuerde: si los niños son menores de 3 años necesitarán mucho apoyo, orientación y recordatorios sobre las reglas. ¡Ellos solo están aprendiendo! Además, dígame a los

padres que deben estar preparados para revisar cómo les fue sus reuniones de práctica domiciliaria y de grupo de apoyo al comienzo de la próxima sesión.



8. Evaluación

(10 min)

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué es lo que más les gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas les hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlas?
- ¿Qué tan útil fue esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



9. Actividad de Fin de Sesión

(10 min)

Pida a un voluntario que se ubique en el centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo de este padre (solo se permiten comentarios positivos, este es un ejercicio de elogio). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva al padre que está en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio desde ahora hasta el final de cada sesión, centrándose en un padre diferente cada vez que lo practique. Todos los padres tendrán la oportunidad de pararse en el centro del círculo y recibirán elogios. Pueden darse un "Abrazo grupal" si es conveniente.*

Para cada sesión, el facilitador deberá comenzar este ejercicio diciendo al padre que está ubicado en el centro del círculo algo como, *"el día de hoy aprecio mucho sus contribuciones a nuestro grupo"*, que se describa en detalle una contribución específica, y añada, *"Usted es una persona especial y un miembro muy positivo para nuestro grupo de padres."*

De, a todos los padres del grupo, la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales por su participación.

Por favor, al final de la sesión, entregue a cada uno de los padres que hayan formado la lista de asistencia el/los folleto(s) correspondientes a la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si hay otra persona diferente al grupo que está presente (por ejemplo una madre acompañada de un bebé), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, tome nota de eso también. Recuerde, también, que si alguien pierde una sesión, tiene que recordarle que él/ella puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas domiciliarias ayudarán, también. children's social,



10. Informe Post-sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de monitoreo de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique la razón. Los facilitadores también deben registrar los comentarios de los padres en los formatos de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia de la sesión.

Sesión 7

Mi Casa Será un Lugar Seguro para Mis Hijos y Cada Uno Será Tratado Con Dignidad



Todos los niños en el hogar (biológicos y no biológicos) merecen vivir en un entorno seguro y positivo. Los padres aprenderán estrategias para ayudar a todos los miembros del hogar a manejar la ira y la frustración pacíficamente.



Objetivos

1. Los padres van a entender cómo la violencia entre los adultos en el hogar afecta el desarrollo y el comportamiento de los niños.
2. Los padres van a entender lo mucho que el castigo corporal afecta a los niños pequeños a medida que se desarrollan
3. Los padres aprenderán cómo enseñar a los niños pequeños a calmarse.



Materiales

Hojas de asistencia diferentes para la llegada y la salida

Rotafolios y marcadores si están disponibles (si no, lápiz y papel)

Plan de Estudios para la Crianza

Folleto para los padres para la Sesión 7



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todo el material disponible para esta sesión y haga copias del folleto para cada uno de los padres. Por favor asegúrese de dar a cada uno de los padres una copia del folleto al final de la sesión.
- Disponga un espacio propicio para el aprendizaje y libre de interrupciones; siéntese en círculo para fomentar la interacción con los padres
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales.
- Revise la Sesión 6, incluyendo la lista de verificación de fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y haga los cambios necesarios en base a sus comentarios.

Asistencia (la fecha y el lugar deben escribirse)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la paternidad es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con uno o más padres (como un niño u otro miembro de la familia).



(5 min)

1. Introducción

- **De la bienvenida** a los padres y elógielos por estar ahí. ¡Hágales saber lo feliz que está a verlos!
- De una breve descripción de la sesión de hoy: Cómo la violencia en el hogar afecta a los niños y las alternativas al castigo físico y la violencia verbal.



(10 min)

2. Discusión Dirigida

- Pregunte acerca de la tarea para la casa y elógielos por intentar.
- Pregunte si sus hijos siguieron las reglas del hogar, y si elogiaron a sus hijos o recurrieron a una consecuencia.
- Elogie a los padres por cualquier esfuerzo que hayan hecho. Pregunte a los padres acerca de su uso de los folletos en la reunión del grupo de apoyo para padres. ¿Revisaron los folletos y practicaron las habilidades? ¿Qué tal estuvo?
- ¡Anime a los padres a seguir practicando las habilidades en sus grupos de apoyo y a continuar apoyándose unos a otros en su aprendizaje!



(10 min)

Actividad Para los Padres: Interacciones Divertidas Entre Padres e Hijos

- Pregunte si alguno de los padres quiere cantar una canción o ha preparado un ejercicio o juego que quiera compartir. ¡Fomente la participación, imaginación y alegría!

- Otra opción es enseñar el juego siguiente:
"Veo, veo, ¿qué veo?"

"Veo, veo, ¿qué veo?" es un juego de palabras. Una persona dice: "Veo, veo, ¿qué veo?, veo algo..." y aquí se da una pista. Otros tratan de adivinar lo que ese algo es haciendo preguntas.

Proporcione un ejemplo, usando algo que todos puedan ver:

Veo, veo, ¿qué veo?, veo algo...que es recto.

¿Es parte de la construcción? No

¿Es pequeño? Sí

¿Es más grande que un libro? No

¿Es de color marrón? No

¿Es azul? No

¿Es caro? No

¿Es su teléfono? No

¿Es afilado? Sí

Es un cuchillo? No

¿Es un lápiz? ¡Sí! ¡Felicitaciones!



(5 min)

3. Los Efectos de la Violencia: El Estrés Tóxico

- Cuando los niños experimentan la disciplina física severa o están expuestos a la violencia, cuando son descuidados o sufren burlas, cuando sus padres beben demasiado alcohol, pueden sufrir estrés tóxico.
- El estrés tóxico puede interrumpir el desarrollo del cerebro de un niño, aumentar el riesgo de enfermedades, e interferir con la capacidad del niño para pensar y resolver problemas, hasta bien entrada la edad adulta.
- Los niños aprenden que la violencia es una forma aceptable de reaccionar cuando se está enojado. Los niños estarán más dispuestos a usar la violencia cuando estén enojados.



(20 min)

Actividad para Padres: “Mapeo Corporal: Cuando Era un Niño”

- Haga que los padres se emparejen para la siguiente actividad (Si tienen acceso a bolígrafos y papel, pida a los padres que dibujen un contorno de su cuerpo.)
- Haga que cierren los ojos y se imaginen como cuando eran niños. Pídales que piensen en las memorias más antiguas de sí mismos como niños (de 3 a 5 años de edad). Pídales que recuerden sentimientos de alegría, de dolor, de preocupación. De tiempo para que recuerden sus memorias y sentimientos.
- A continuación haga que los padres compartan una memoria dolorosa y una memoria feliz con sus compañeros. (Si los participantes tienen plumas y papel, dígales que hagan una marca en sus mapas del cuerpo en el lugar donde experimentan los sentimientos y recuerdos. Ellos pueden marcarlos sentimientos positivos con un círculo y los negativos con una x.)
- Pida a dos o tres voluntarios que compartan uno de sus recuerdos con el grupo. Pregunte a estos voluntarios si los adultos entendieron sus sentimientos, es decir, “¿los adultos, y particularmente tus padres, entendieron tus sentimientos?”

Analice la actividad. Del mismo modo que cuando ellos mismos eran niños y querían que sus padres entendieran sus sentimientos, sus hijos necesitan que sean empáticos y les respondan de forma amable y cariñosa. Cuando los niños experimentan sentimientos fuertes (tanto positivos como negativos), los recuerdos de esos sentimientos ayudan a determinar el tipo de persona en la que se convertirán cuando lleguen a ser adultos.



(5 min)

4. Necesidad de los Padres de Tiempo Personal (Proverbio de Tanzania: Haraka Baraka Haina: ¡Las Acciones Apresuradas no Tienen Bendiciones!)

Es importante que los padres cuiden de sí mismos con el fin de responder a las necesidades de sus hijos de una forma tranquila y edificante. Diga al grupo,

“No son los únicos padres del mundo que se enojan con sus hijos. Todos lo hacemos. Pero se aprende a mantener el control, no sólo para evitar a nuestros hijos la angustia de tener un padre enojado que les grita, sino también porque gritarles y golpearlos sólo les enseña a sus hijos a hacer lo mismo cuando estén molestos. Cuando los padres controlan su temperamento, están modelando habilidades apropiadas para sus hijos ”.

Los facilitadores deben recordar a los padres las habilidades de relajación que aprendieron en la Sesión 5

- Recuérdelos a los padres sobre sus ejercicios de respiración y el poder del pensamiento positivo
- ¡Pregunte a los padres si han estado usando estas estrategias y elógielos por sus esfuerzos!



(10 min)

Actividad para Padres: Tomar Tiempo Personal para Calmarse

- Pídeles que piensen en sus reacciones físicas a la ira. Algunos ejemplos son puños apretados, mandíbulas tensas, músculos tensos.
- Haga que los padres practiquen la respiración profunda y el pensamiento positivo en grupos de dos: un padre que hace de padre y otro que hace de hijo portándose mal. El padre debe alejarse, respirar profundamente y responder tranquilamente al niño con una consecuencia: asignar una tarea extra por su mal comportamiento.



(5 min)

5. Empleo del Castigo para Ayudar a los Niños a Calmarse

- El castigo es una técnica de disciplina positiva, una alternativa al castigo físico. Está relacionado con el concepto de ignorar: cuando un niño exhibe un comportamiento negativo, los padres deben colocarlo en un "espacio de castigo", un área separada sin contacto o comunicación con adultos u otros niños. Los padres deben mantener al niño castigado hasta que se haya calmado. Recuerde que a los niños pequeños les encanta la atención, y con el castigo los padres le quitan toda la atención. Los castigos se usan mejor cuando los niños se comportan agresivamente.
- **EL CASTIGO SÓLO FUNCIONARÁ SI EL TIEMPO QUE PASA CON SUS HIJOS ES TIEMPO DE CALIDAD.** Los padres y los niños necesitan disfrutar de tiempo de calidad juntos para que puedan desarrollar relaciones afectivas y favorables.

Los castigos funcionan mejor cuando los padres se guían por las siguientes directrices:

- El castigo no funcionará para niños menores de 3 años de edad, ya que los niños más jóvenes necesitan que sus padres los ayuden a calmarse. Lo mejor es usar la distracción y la redirección para los niños menores de 3 años.
- El castigo funciona mejor para los niños entre las edades de 3 a 10.
- Asegúrese de explicar claramente la razón de un castigo: **“Le pegaste a tu hermano y esto no es aceptable, por lo que estás castigado.”**
- Asegúrese de que tiene un área apropiada a utilizar para los castigos, un lugar que sea tranquilo y lejos de otras personas que participan en actividades divertidas.
- Todos en la casa tiene que entender y respetar las reglas del castigo; nadie debe hablar o interactuar con el niño hasta que el castigo ha terminado y el niño se ha calmado.
- Establecer (si es posible) la duración de un castigo. Por lo general toma tres minutos para que un niño se calme. Un niño está listo para salir del castigo cuando él o ella:

Ya no llora ni grita.

Se sienta en silencio.

Respira lenta y tranquilamente.

- Es fundamental que los padres vuelvan a involucrar al niño poco después de que se haya calmado. Los padres deben prestar atención positiva a cualquier comportamiento positivo que observen después de que termine el castigo.
- El castigo funciona mejor para el comportamiento agresivo. Los padres han aprendido otras estrategias para otros comportamientos incorrectos.
- Recuerda: **Primero explique el tiempo fuera a su hijo y luego practíquelo.** Diga a los niños: "De ahora en adelante, cuando golpees o hieras a otra persona, tendrás que ir al lugar de castigo para calmarte".
 - Una vez que usted le diga al niño que debe ir al lugar de castigo, ellos deben ir, no importa lo que hagan o digan. Pueden decir: "*Prometo ser bueno ahora*" o "*¡Pero te amo!*" Ignore tales afirmaciones y guíe al niño hacia el lugar de castigo pacíficamente (o con un mínimo de fuerza, como por ejemplo tomando al niño por el brazo con calma).
 - Tras el tiempo de castigo, elógielo y redirija al niño a un comportamiento adecuado.



(15 min)

Actividad para los Padres

- Haga que los padres practiquen el castigo. Los facilitadores deben entrenar a dos padres frente al grupo. Entonces los padres pueden practicar en grupos de dos donde un adulto es el "padre" y el otro el "niño".
- Haga que el "padre" castigue al "niño"
- Dígame al "niño" que trate de evitar el castigo: puede quejarse, protestar, enfadarse, culpar a los demás, prometer ser bueno, quejarse de una enfermedad, cualquier cosa para evitar el castigo.
- Haga que el "padre" guíe al "hijo" suave pero firmemente hacia el lugar del castigo.
- Anime a los otros participantes a hacer comentarios positivos después del juego de roles. Pregunte cómo se sintió el "padre" y luego cómo se sintió el "hijo".
- Pida a los padres que piensen en un buen espacio de castigo que puedan usar en sus hogares.
- Ahora haga que todos en el grupo se pongan en parejas para practicar el castigo.



(5 min)

6. Tarea para la Casa

Diga a los padres que se sienten con sus hijos en casa y les expliquen el concepto del castigo. Los padres deben hacer un castigo de práctica con sus hijos para que ellos entiendan el concepto y el objetivo de la estrategia: ayudarles a calmarse...

Recuérdelos a los padres que tomen un tiempo personal cuando se encuentren enojados. La manera más efectiva de los responder cuando un niño se comporta agresivamente es mantener la calma! Los padres modelan comportamientos que niños imitarán; ¡los niños aprenden observando a sus padres!



(10 min)

7. Evaluación

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más le gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiera gustado hacer, pero no pudo?

- ¿Cómo fue útil esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



8. Actividad de Final de Sesión

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo se permiten comentarios positivos; este es un ejercicio de alabanza). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva al padre en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio de ahora en adelante al final de cada sesión, enfocándose en un padre diferente cada vez. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en medio del círculo y recibir elogios.*

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole a los padres en el medio algo como: "*Agradezco tus contribuciones a nuestro grupo esta noche*", describiendo en detalle una contribución específica, y luego agregando: "*Eres un miembro amable y positivo de nuestro grupo de padres*".

Dé a cada padre en el grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, de a los padres su respectivo folleto después de firmar la salida al final de la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si asiste otra persona (por ejemplo, una madre con un bebé en la espalda), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también. Recuerde también que si alguien se pierde una sesión, puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas al hogar también le ayudarán.



9. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de verificación de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también deben registrar las opiniones de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia de la sesión.

Sesión 8

Hablar y Jugar Con Mi Hijo Desde el Nacimiento lo Preparará para Tener Éxito en la Vida.



Los padres juegan un papel importante en el desarrollo social, emocional, físico e intelectual de sus hijos, ayudándolos a desarrollar el lenguaje, resolver problemas y prepararse para la escuela.



Objetivos

1. Los participantes podrán utilizar una variedad de técnicas para ayudar a sus hijos a adquirir habilidades de preparación para la escuela y para la vida en la comunidad.
2. Los padres tendrán conciencia de su capacidad y papel en la preparación de sus hijos pequeños para la escuela y la vida.
3. Los padres aprenderán las expectativas apropiadas para la edad de los niños pequeños.



Materiales

Hojas de asistencia diferentes para la llegada y la salida

Rotafolios y marcadores si están disponibles (si no, lápiz y papel)

Plan de Estudios para la Crianza

Folleto para los padres para la Sesión 8

Lista de Fidelidad



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias del folleto para cada uno de los padres. Por favor, asegúrese de dar a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Disponga un espacio propicio para el aprendizaje y libre de interrupciones; siéntese en círculo para fomentar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales.
- Revise la sesión 7, incluyendo la lista de verificación de fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y haga los cambios necesarios basándose en sus opiniones.

Nota para los Facilitadores

Prepare uno o dos cuentos infantiles tradicionales. Busque historias positivas y enriquecedoras que enseñen buenos valores.

Asistencia (La fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con uno o más padres (como un niño u otro miembro de la familia).



(5 min)

1. Introducción y Bienvenida

- Dé la bienvenida a los padres y elógielos por asistir a la sesión 8. Reconozca que la crianza de los hijos es un trabajo difícil pero esencial.
- Pregunte a los participantes acerca de sus familias e hijos. ¿Ha habido algún cambio desde la sesión 7? ¿Han notado cambios en la forma en que interactúan con sus hijos?



(10 min)

2. Discusión Dirigida

- Elogie a los padres por practicar sus nuevas habilidades.
- Pregunte a los participantes qué habilidades parentales practicaron. ¿Elogiaron a sus hijos? ¿Ignoraron los comportamientos negativos? ¿Usaron disciplina positiva en lugar de gritar, criticar o golpear? ¿Usaron el castigo? ¿Practicaron ambos padres las mismas técnicas y se apoyaron mutuamente?
- Recuérdeles a los padres que tomará tiempo hacer de la disciplina con dignidad un hábito.
 - Tómese un momento para recordar a los participantes las reglas del grupo discutidas en la Sesión 1, enfatizando la importancia de la puntualidad, la asistencia (los certificados se entregarán al final del programa sólo si los participantes han asistido a las 10 sesiones), el respeto y la confidencialidad.



(10 min)

Actividad para los Padres

Pregunte si alguno de los padres preparó una actividad divertida o una canción para compartir con el grupo. Si alguien lo hizo, usa esa. De lo contrario, enseñe este juego con palabras, memoria, dibujos y lenguaje corporal:

- Pida un voluntario del grupo. Muéstrole un objeto o susurre el nombre de un objeto (un avión, un árbol, un camión) o un animal.
- Haga que el voluntario haga una pantomima del objeto o animal.
- Dígale al grupo que deben adivinar lo que el voluntario está actuando.
- Repita con otros voluntarios.
- Ahora pregunte a los padres cómo se sintieron al participar en esta actividad. ¿Piensan que sería un juego divertido para jugar con sus hijos?



(10 min)

3. Los Niños Aprenden Mejor Cuando los Padres Fomentan la Interacción Divertida

Explique:

- A los niños pequeños (de 3 a 5 años) generalmente les gusta ayudar a los padres con las tareas domésticas. Pida a los padres que nombren las tareas en las que pueden ayudar. *Los niños menores de 5 años deben ser supervisados por un adulto o ayudados por un hermano mayor.*

- Los padres modelan la cooperación, el trabajo en equipo y el respeto cuando contribuyen a las tareas domésticas por igual. Los niños aprenden que es importante que todos los miembros contribuyan al bienestar de la familia.
- Cuando los padres animan a sus hijos a ayudar con las tareas domésticas, aumentan las interacciones positivas con sus hijos y fomentan su desarrollo cognitivo. Pero recuerde, los niños aprenden mejor cuando se divierten, así que ¡Convierta las tareas en juegos!



(10 min)



4. Use la Conversación y el Juego de Palabras para Fomentar la Alfabetización y la Preparación para la Escuela

Actividad para los Padres: Recuerdos de Historias

Divida a los participantes en parejas. Pregunte si alguien recuerda historias de su infancia. ¿Quién contaba las historias y de qué se trataban? Dé a los participantes 5 minutos para compartir sus recuerdos con su pareja. Cuando reúna al grupo, pregunte si alguien quiere compartir una historia. Dé tiempo para dos o tres historias. Pregunte a los participantes qué ganaron al escuchar estas historias. *(Las posibles respuestas podrían incluir: vincularse con el narrador; aprender diferentes tradiciones culturales; aprender palabras y habilidades para contar cuentos.)*

La investigación ofrece algunas lecciones importantes acerca de la narración de historias:

- Existe una **relación entre la comprensión auditiva (entendimiento) y la comprensión lectora**. Los niños que tienen más conversaciones muestran un mayor entendimiento, una mejor lectura y, en general, un mejor rendimiento en la escuela. Los niños que aprenden destrezas lingüísticas a una edad temprana obtienen mejores resultados en la escuela primaria.
- Jugar juegos de palabras con los niños **aumenta su vocabulario** y esto les ayuda a aprender a leer y escribir.
- Cuanto mejor domine un niño su lengua materna hablada en casa, más fácilmente **aprenderá un nuevo idioma en la escuela**. Esto requiere mucho uso del lenguaje, tanto escuchar cómo hablar.
- Pregunte si los participantes tienen alguna pregunta



(20 min)

Cuentacuentos

Pida a los padres que citen una historia que les sea familiar a ellos y a sus hijos. ¿Cuáles son algunas de las historias tradicionales más conocidas?

Los facilitadores pueden explicar que una buena narración es más bien un diálogo: Cuando un padre cuenta una historia, debe hacerle al niño **preguntas sobre la historia**, tales como: ¿De quién es la historia? ¿Dónde se desarrolla la historia? ¿Cuál es tu parte favorita de la historia? Los padres pueden pedirle al niño que **prediga lo que sucederá a medida que la historia se desarrolle**. Un padre puede hacer una pausa en ciertos momentos de la historia y preguntarle al niño: "¿Qué crees que hará el personaje de la historia ahora?"

Nota para los facilitadores: Los niños menores de 3 años no están preparados para este tipo de diálogo, pero se benefician enormemente al escuchar a los padres contar historias. Así es como los padres desarrollan las habilidades del lenguaje en los bebés.

Actividad para los Padres: Practicar la Técnica de Contar Cuentos

Pida que dos voluntarios hagan de padres e hijos. Esta práctica no debe durar más de tres minutos.

Nota para los facilitadores: Anime a los voluntarios que actúan a usar las habilidades de crianza que han aprendido durante las sesiones anteriores, por ejemplo, el voluntario que interpreta al padre debe usar buenas habilidades de comunicación y elogiar al "niño" por escuchar atentamente y por ser un buen "público".



(15 min)

5. Actividades de Narración y Resumen del Día

- Otra manera de desarrollar **el vocabulario y las habilidades verbales** de los niños, así como su **capacidad de atención y memoria**, es hablar de las actividades diarias. Cuando los padres preparan la cena, pueden hablar con sus hijos mientras preparan la comida. Uno de los padres puede decir: "Estoy llenando la olla con agua. ¿Qué estoy haciendo?" El niño puede repetir: "Llenar la olla con agua". Los padres pueden preguntar: "¿Qué voy a hacer con el agua de la olla? ¿Qué pondré en la olla ahora? Voy a poner arroz en la olla." El niño puede repetir: "Poner arroz en la olla". La repetición es buena para los niños pequeños. También puede resumir la actividad. "¿Cómo hicimos la cena?" Ayude al niño a contar: "Primero, ponemos agua en la olla. Luego ponemos el arroz en la olla. Pusimos la olla en el fuego. Pelamos cebollas y las cortamos". Ayude al niño indicándole si se salta un paso o confunde el orden. "Creo que hicimos algo antes de eso", o "Poner la olla en el fuego viene después". ¿Qué es lo primero?
- Narrar y contar actividades es un buen hábito al que se puede acostumbrar cuando su hijo está con usted y usted está haciendo algo. Pida al grupo que nombre algunas actividades que se presten a la "Narración". Las posibles respuestas podrían ser: ir al mercado; trabajar en el jardín, asistir a ceremonias religiosas o celebraciones familiares, etc.
- Por la noche, después de la cena, pida a los niños que pasen el día. El niño podría decir: "Primero desayuné. Luego jugué con Issa". Padre: "¿Qué jugaste con Issa?" Niño: "Jugábamos al fútbol". Padre: "¿Y luego qué?" Niño: "Fui contigo al campo". Padre: "¿Fuimos directamente al campo?" Niño: "Sí." Padre: "Creo que nos detuvimos a ver a alguien primero. ¿Recuerdas quién era?" Niño: "Oh sí, vimos a la tía Patricia. Me dio un mango. Y luego fuimos al campo". Padre: "Sí, así es. Bien hecho! Eres tan inteligente. Me impresiona tu memoria y lo bien que describes las cosas. ¿Y qué hicimos en el campo?" Y así sucesivamente...

Nota para los facilitadores

Prepare uno o dos cuentos infantiles tradicionales. Busque historias positivas y enriquecedoras que enseñen buenos valores.



Actividad para los Padres: Narrar y Resumir el Día

- Pida a dos padres que practiquen la habilidad de narrar actividades. Un participante será el padre y otro un niño de cuatro años.
- Pida a los padres y al niño que hablen sobre preparar y comer la cena.
- Asegúrese de que los padres le den al niño observaciones positivas, consejos suaves y elogios durante la práctica. Invite a otros padres en el grupo a dar algunas sugerencias útiles y positivas si el "padre" tiene dificultades para responder al "niño".
- Elogie a los padres y fomente el uso de las técnicas en casa.



6. Juegos de Palabras

El "juego de los animales" es un divertido juego de vocabulario que puedes jugar con tu hijo en cualquier momento ¡Los juegos ayudan a los niños a no aburrirse ni portarse mal!

Los padres pueden jugar con más de un niño a la vez. Dígame al niño o a los niños: "Yo estoy pensando en un animal, y que me vas a hacer preguntas sobre él hasta que puedas adivinar en qué animal estoy pensando. ¡Pero sólo puedo responder sí o no!".

Realice una demostración. El facilitador puede decir: *"Estoy pensando en un animal. Pregúntame cualquier pregunta de sí/no para que puedas averiguar en qué animal estoy pensando."* El grupo responde con preguntas como:

<i>¿Es más grande que un perro?</i>	<i>Sí</i>
<i>¿Tiene cuatro patas?</i>	<i>Sí</i>
<i>¿Hace mucho ruido?</i>	<i>Sí</i>
<i>¿Es peligroso?</i>	<i>No</i>
<i>¿Se puede comer?</i>	<i>Sí</i>
<i>¿Es una vaca?</i>	<i>No</i>
<i>¿Da la leche?</i>	<i>Sí</i>
<i>¿Es una cabra?</i>	<i>¡Sí! ¡Felicitaciones!</i>

Señale que los niños aprenden mucho vocabulario cuando juegan juegos de palabras. En el juego anterior, escuchan o usan las palabras *"más grande"*, *"perro"*, *"pata"*, *"ruido"*, *"peligroso"*, *"comer"*, *"vaca"*, *"leche"*, etc. El pensar que sus hijos hacen al formular y responden preguntas es una buena práctica para las escuelas.



Actividad para los Padres: Jugando el Juego de los Animales

Haga que los participantes formen grupos de tres y practiquen el juego de los animales. Una persona pensará en un animal y las otras dos harán preguntas para tratar de adivinarlo. *Traiga a colación cualquier asunto que note mientras practican, particularmente con respecto a la respuesta positiva.*



7. Preparar a los Niños para la Escuela

➤ Pregunte a los padres cómo podrían preparar a sus hijos para la escuela. Inicie un debate y haga una lista en un rotafolio. Si es necesario, contribuya con lo siguiente:

- Cante canciones: ¡A los bebés les encanta cuando les cantamos canciones!
- Pase más tiempo hablando con los niños y jugando con ellos (contando, apilando objetos, recordando palabras y letras, dibujando y coloreando).
- Anime a los niños a participar en asuntos familiares
- Mantenga un ambiente de paz y amor en su hogar.
- Fomente el juego positivo con los niños incluidos, etc.
- Practica "dar y recibir".

➤ Elogie a los padres y agradézcales por sus ideas



(5 min)

8. Tarea para la Casa

- Pida a los padres que piensen qué actividades probarán con sus hijos: contar cuentos, narrar, resumir o el juego de los animales.
- Dígame a los padres que está deseando escuchar cómo les va en sus juegos en la próxima reunión.



(10 min)

9. Evaluación

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más te gustó de la sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlo?
- ¿Cómo fue útil esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



(10 min)

10. Actividad de Fin de Sesión

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo se permiten comentarios positivos; este es un ejercicio de elogio). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva al padre en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio de ahora en adelante al final de cada sesión, enfocándose en un padre diferente cada vez. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir elogios.*

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole a los padres en el medio algo como: "Agradezco sus contribuciones a nuestro grupo esta noche", describiendo en detalle una contribución específica, y agregue: "Eres un miembro amable y positivo de nuestro grupo de padres".

Dé a cada padre en el grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, entregue a los padres su(s) folleto(s) después de firmar la salida al final de la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si asiste otra persona (por ejemplo, una madre con un bebé en la espalda), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también. Recuerde también al grupo que si alguien se pierde una sesión, puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas al hogar también le ayudarán.



11. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de verificación de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también necesitan registrar los comentarios de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia a la sesión.

Sesión 9

Niños Aseados, Alimentados y Cuidados Son Niños Felices y Sanos.



Los padres pueden tener efectos positivos duraderos en la salud de los niños cuando participan en la higiene y la nutrición de sus hijos a través de rutinas y orientación sencillas



Objetivos

1. Los participantes aprenderán cómo la enfermedad es causada por bacterias que se encuentran en las heces humanas y animales que los niños tocan con sus manos las cuales luego se llevan a la boca.
2. Los participantes aprenderán higiene y otras técnicas para reducir la tasa de enfermedad en niños por bacterias fecales.
3. Los participantes sabrán adónde ir para obtener ayuda con vacunas, malaria y otras enfermedades



Materiales

Hojas de asistencia diferentes para la llegada y la salida

Rotafolios y marcadores si están disponibles (si no, lápiz y papel)

Jarra de agua limpia, balde, jabón

Plan de Estudios para la Crianza y lista de verificación de fidelidad

Folleto para los padres para la Sesión 9



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias de la hoja informativa para cada uno de los padres. Por favor, asegúrese de dar a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Haga arreglos para que haya un espacio propicio para el aprendizaje y libre de interrupciones; siéntese en círculo para fomentar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales.
- Revise la Sesión 8, incluyendo la lista de verificación de fidelidad
- Revise las evaluaciones de los participantes y haga los cambios necesarios basándose en sus comentarios

Asistencia (la fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su / su nombre, edad y sexo. Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, como la paternidad es una responsabilidad compartida. Indicar si existe algún otro asistiendo con un padre o los padres (por ejemplo, un niño u otro miembro de la familia).



(10 min)

1. Introducción

Dé la bienvenida a los padres y agradézcales por venir! Recuérdeles que la próxima sesión será la última en el programa Las Familias Hacen la Diferencia. Hágales saber que pueden esperar algunos preparativos para la Sesión 10 más adelante durante esta reunión.



Actividad para Padres

Pregunte a los padres si tienen una canción que les gustaría cantar hoy. Si alguien tiene una sugerencia, canta esa canción. Si nadie tiene una sugerencia, juegue uno de los juegos de la Sesión 8.



(10 min)

2. Discusión Guiada

- Pregunte a los padres qué actividad practicaron con sus hijos: contar cuentos, narrar, resumir el día o el juego de los animales.
- Pregunte a los padres cómo respondieron sus hijos a las tareas y cómo se sintieron ellos como padres al jugar estos juegos. ¿Se divirtieron?



(30 min)

3. Los Padres Como Primera Línea de Defensa Contra las Enfermedades de la Infancia

- Cuando permitimos que los niños jueguen solos, juegan en la tierra y se llevan las manos a la boca. Es apropiado desde el punto de vista del desarrollo que los niños pequeños se lleven las manos a la boca; no podemos impedir que el niño haga esto. ¡Es una manera de explorar y experimentar el mundo que les rodea!
- Desafortunadamente, la suciedad a menudo se mezcla con heces de animales y está llena de bacterias dañinas llamadas E. coli.
- Esta bacteria causa un daño **invisible** a los intestinos de los niños, haciendo más difícil para ellos absorber los nutrientes en sus alimentos, y haciendo más fácil que las bacterias crucen a través del delgado revestimiento de los intestinos hacia el torrente sanguíneo. Esto causa una infección crónica.

Debate de Padres Guiado

- Pida a los participantes que piensen un minuto en deshierbar sus cultivos. ¿Qué sucede cuando no deshierban el cultivo? Las bacterias fecales pueden tener el mismo efecto en los niños.
- Muchos niños tienen una infección invisible. Es posible que no se sientan enfermos, que actúen felices, pero están absorbiendo menos nutrientes de los alimentos que comen, y las bacterias en su torrente sanguíneo pueden disminuir su inmunidad a otras infecciones. Esta es la razón por la cual los niños son más propensos a contraer otras enfermedades como diarrea, tos y fiebre.

- Con el tiempo, los niños con bacterias intestinales sufrirán de manera visible: sus cuerpos y cerebros no se desarrollarán porque no están recibiendo los nutrientes que necesitan para crecer adecuadamente. Esto se denomina retraso en el crecimiento
- Los niños con retraso en el crecimiento tienen peores resultados en la escuela, a menudo son menos vigorosos en la edad adulta y tienen más probabilidades de tener bebés con retraso en el crecimiento.
- Hable sobre las maneras en que los niños entran en contacto con E. coli. Pida a los padres que piensen en cómo los niños entran en contacto con E. coli. Deje que los padres generen algunas ideas primero pero agregue las siguientes si es necesario:
 - Heces humanas
 - Las heces de animales (pollos, cabras, vacas)
 - Carne cruda
 - Verduras sin lavar
- Las heces humanas y animales son encontradas:
 - Cerca de letrinas e inodoros
 - En las superficies que tienen contacto con carne cruda
 - En cualquier lugar donde los animales comen o viven
 - En las manos sin lavar (especialmente después de la defecación)

¿Qué Pueden Hacer los padres?:

- Mantenga a los niños separados de los animales. Haga una cerca o construya un corral para animales.
- Láveles las manos a los niños con frecuencia con jabón o ceniza antes de comer. Lávese las manos después de defecar. Lávese las manos antes de darles de comer.
- Deseche todas las heces (humanas y animales) en un lugar separado y lejos de los niños. Deseche los pañales usados en un inodoro o entiérrelos.
- Asegúrese de tener un suministro de agua limpia para el lavado. Beba sólo agua hervida y filtrada.



Actividad para los padres: Manteniendo a los Niños Alejados del E. Coli

- Pida a los padres que piensen en maneras de crear un espacio seguro para que sus hijos jueguen. ¿Tienen un lugar separado para que todos defequen que esté lejos de donde juegan los niños? ¿Tienen gallinas y otros animales en corrales?
- Luego, pida a los padres que piensen cómo se asegurarán de que sus hijos se laven las manos frecuentemente con agua y jabón. ¿Podrían solicitar la ayuda de niños mayores? ¿Cómo podría ser su nueva rutina de lavado de manos? Pregúnteles si pueden construir un lugar separado para lavarse las manos en casa. ¿Qué materiales necesitarían para hacerlo?


(15 min)

4. Demostración y Práctica del Lavado de Manos

Demostrar al grupo la técnica apropiada para lavarse las manos. Use agua corriente, si la tiene, o traiga un balde con agua limpia, una jarra y un pedazo de jabón. Siga los pasos que aparecen a continuación en la imagen:



Deje secar las manos de aire.

Ahora los padres deben formar parejas y turnarse para lavarse las manos con agua y jabón (mientras dure el agua limpia).

Nota para los facilitadores: Si tiene acceso a Internet, el siguiente vídeo en YouTube es útil: <https://www.youtube.com/watch?v=Ei0TJQj79MQ>


(15 min)

5. Recursos de Salud y Nutrición

Hay personas e instituciones que pueden ayudar a las familias con inquietudes y preguntas relacionadas con la salud.

Nota para los facilitadores

Familiarícese con los recursos de salud locales y discútalos aquí con los padres.



(20 min)

6. Tarea para la Casa (para la Sesión Final)

- Pida a los padres que creen una rutina para lavarse las manos con sus hijos. Anímelos a hablar sobre el lavado de manos y los espacios de juego en los grupos de apoyo para padres. Diga a los padres que no descuiden otras habilidades y herramientas de crianza aprendidas en sesiones anteriores.
- Preparación para la última sesión: Pregunte a los padres cómo les gustaría prometer un compromiso positivo con la crianza positiva en la última sesión. Dígales que invitará a sus hijos, familiares y amigos, así como a los líderes de la aldea, a la última sesión para celebrar la finalización del programa de 10 semanas.
 - Si los padres no están seguros de cómo comprometerse con la crianza positiva, dígales que pueden hacer una promesa grupal de continuar practicando la paternidad positiva y compartir lo que han aprendido con otros miembros de la comunidad. **Sugiera que canten una canción que honre la crianza positiva**, o que hagan breves promesas individuales. Asegúrese de que ellos decidan lo que van a hacer antes del final de la sesión de hoy.



(10 min)

7. Evaluación

Haga las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Qué fue lo que más le gustó de esta sesión?
- ¿Qué preguntas le hubiera gustado hacer pero no tuvo la oportunidad de hacerlo?
- ¿Cómo fue útil esta sesión?
- ¿Tiene algún otro comentario o sugerencia?



(10 min)

8. Actividad de Fin de Sesión

Pida que un voluntario se mueva al centro del círculo y diga a los demás que tendrán la oportunidad de decir algo positivo acerca de este padre (sólo se permiten comentarios positivos; este es un ejercicio de elogios). Cada padre en el grupo ofrecerá una declaración positiva al padre en el medio del círculo. *El facilitador realizará este ejercicio de ahora en adelante al final de cada sesión, enfocándose en un padre diferente cada vez. Cada padre tendrá la oportunidad de pararse en el medio del círculo y recibir elogios.*

El facilitador debe comenzar este ejercicio diciéndole al padre en el medio algo como, "Agradezco tus contribuciones a nuestro grupo esta noche", describiendo en detalle una contribución específica, y añadir, "Eres un miembro amable y positivo de nuestro grupo de padres".

Dé a cada padre en el grupo la oportunidad de elogiar a este padre.

Elogie a todos los participantes y agradézcales su participación.

Por favor, entregue a los padres su(s) folleto(s) después de firmar la salida al final de la sesión.

- Asegúrese de que cada participante firme el formulario de asistencia. Si asiste otra persona (por ejemplo, una madre con un bebé en la espalda), indíquelo en la hoja de asistencia. Si alguien se fue o entró durante la sesión, anote esto también. Recuerde también que si alguien se pierde una sesión, puede ponerse al día en los grupos de apoyo para padres; las visitas a domicilio también serán de ayuda.



9. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Después de la sesión, los facilitadores deben marcar todas las actividades completadas en la lista de verificación de fidelidad; si hubo actividades que no se completaron, explique por qué. Los facilitadores también deben registrar los comentarios y opiniones de los padres en los formularios de fidelidad. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia a la sesión.

Sesión 10

Revisión y Celebración: Un compromiso con la crianza Positiva



Todos los niños en el hogar (biológicos y no biológicos) merecen vivir en un entorno seguro y positivo. Los padres aprenderán estrategias para ayudar a todos los miembros del hogar a manejar la ira y la frustración pacíficamente



Objetivos

1. Los participantes del programa presentarán el currículo y lo que tienen aprenden frente a sus familias, los líderes de la aldea y otros miembros de la comunidad.
2. Los participantes del programa recibirán certificados de participación y se comprometerán a ser padres positivos.



Materiales

Hojas de asistencia diferentes para la llegada y la salida

Rotafolios y marcadores si están disponibles (si no, lápiz y papel)

Plan de Estudios para la Crianza

Folleto para los padres para la Sesión 7

Refrigerio para los participantes (si es posible)



Antes de la sesión: ¡Prepárese!

- Lea todos los materiales de esta sesión y haga copias de los folletos para cada padre. Por favor, asegúrese de dar a cada padre el folleto al final de la sesión.
- Haga arreglos para que haya un espacio propicio para el aprendizaje y libre de interrupciones; siéntese en círculo para fomentar la interacción con los padres.
- Llegue a la sesión 30 minutos antes de la hora de inicio. Los facilitadores deben ser puntuales.
- Revisar la Sesión 9, incluyendo la lista de verificación de fidelidad
- Revisar las evaluaciones de los participantes y hacer los cambios necesarios basándose en sus comentarios

Asistencia (La fecha y el lugar deben ser anotados)

Cada participante **debe** firmar la hoja de asistencia con su nombre, edad y sexo. Se anima a ambos padres a asistir a las 10 sesiones juntos, ya que la crianza de los hijos es una responsabilidad compartida. Indique si hay alguien más asistiendo con uno o más padres (como un niño u otro miembro de la familia).

Nota para los facilitadores: Esta es una sesión diferente y muchas más personas de la comunidad asistirán. Esta es la única sesión que no necesitará una hoja de asistencia de salida



(20 min)

1. Introducción

- **Démosles la bienvenida** a todos y elogiemos a todos por asistir a esta celebración. Sonría y sea positivo: ¡Los padres han completado el programa Las Familias Hacen la Diferencia!
- Ambos facilitadores deben presentarse, ya que habrá nuevas personas que asistirán a esta sesión.
- Para que todos tengan un espíritu de crianza positiva, pida al grupo que cante la canción que decidieron en la sesión anterior.
- Pida a los participantes que se presenten a sí mismos y a sus hijos.
- A continuación, pida a los invitados que se presenten.



(30 min)

2. Presentación del Plan de Estudios

Los facilitadores pueden presentar el programa a los invitados, siguiendo la siguiente guía:

- El programa Las Familias Hacen la Diferencia fue desarrollado para familias con niños de 0 a 5 años en la región de Kasulu. El programa basado en la evidencia tenía la intención de aumentar el conocimiento de los padres sobre el desarrollo infantil y sobre cómo los padres pueden influir en el desarrollo de sus hijos de manera positiva.

Las Familias Hacen la Diferencia se basa en experiencias previas de los IRC en

- Liberia, Burundi, Uganda, Tanzania y Tailandia.
- El plan de estudios del programa consiste en 10 sesiones grupales de padres con al menos una visita a domicilio para cada familia.
- Cada sesión tiene una duración aproximada de dos horas.
- Como parte del programa, los padres crean grupos de apoyo para ayudarse unos a otros a practicar nuevas habilidades de crianza.

Sesión 1: Bienvenidos a Nuestro Programa Las Familias Hacen la Diferencia

Una introducción al programa Las Familias Hacen la Diferencia y el concepto de cultivar a los niños desde el nacimiento para promover el desarrollo saludable del cerebro.

Sesión 2: Las interacciones amorosas y divertidas promueven un crecimiento y desarrollo saludables

Los padres influyen y dan forma al desarrollo social, emocional, físico y cognitivo de sus hijos.

Nota para los facilitadores
Lea el título y la descripción de cada sesión y luego pida a los padres que expliquen algunas de las habilidades e información que aprendieron. Haga que un padre hable brevemente en cada sesión (brevemente). Esto no sólo será una presentación a la comunidad y a los miembros de la familia, sino una buena revisión para los participantes en el programa.

Sesión 3: Puedo ayudar a mi hijo a aprender un comportamiento positivo y prosocial
Cuando proporciono buena supervisión y paso tiempo de calidad con mi hijo, aumento el comportamiento positivo.

Sesión 4: Empatía y respeto mutuo entre personas de todas las edades, religiones, culturas, razas y géneros promueve hogares pacíficos y niños felices y saludables.
La comunicación cálida y empática con los niños aumenta la comprensión y disminuye la frustración entre los niños y sus cuidadores, mejora las relaciones y refuerza las relaciones de apego necesarias para un desarrollo saludable.

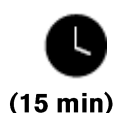
Sesión 5: Necesito cuidarme a mí mismo para poder cuidar bien a mis hijos
Los padres que se respetan unos a otros y a sí mismos contribuyen a un entorno que apoya el desarrollo saludable de los niños: el bienestar social y emocional es un ingrediente necesario para las prácticas saludables de crianza de los hijos.

Sesión 6: Armonía y responsabilidad en mi hogar
Todos los adultos son responsables de crear un ambiente hogareño pacífico y estructurado que permita el desarrollo saludable de los niños; los niños necesitan orientación y rutinas de apoyo.

Sesión 7: Mi casa será un lugar seguro para mis hijos y todos serán tratados con dignidad
Todos los niños en el hogar (biológicos y no biológicos) merecen vivir en un ambiente seguro y de apoyo. Los padres aprenderán estrategias para ayudar a todos los miembros del hogar a manejar la ira y la frustración pacíficamente.

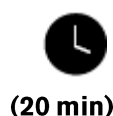
Sesión 8: ¡Hablar y jugar con mi hijo desde el nacimiento lo preparará para que le vaya bien en la vida!
Los padres juegan un papel importante en el desarrollo social, emocional, físico e intelectual de sus hijos, ayudando a sus hijos a aprender habilidades de lenguaje, resolución de problemas y preparación para la escuela con amor y atención.

Sesión 9: Los niños limpios, alimentados y atendidos son niños felices y sanos
Los padres pueden tener efectos positivos duraderos en la salud de los niños cuando participan en la higiene y la nutrición de sus hijos a través de rutinas y orientación sencillas.



3. Pida a cada padre que comparta lo que más le gustó del programa Las Familias Hacen la Diferencia

Pida a cada padre que comparta su estrategia de crianza positiva favorita. (Los padres habían sido preparados para hablar brevemente en la sesión 9.)



4. Elogios para los padres y comentarios de los invitados

Agradezca a los invitados por asistir a la sesión final. Pídales que compartan palabras de aliento y apoyo. Pregunte si han notado cambios positivos que realizaron los padres. También puede pedirles a los invitados que hablen sobre cómo continuarán apoyando a los padres en la crianza de sus hijos.



5. Estímulo para la Continuación de los Grupos de Apoyo para Padres

(10 min)

- Enfátice a los padres y a los padres invitados que deben apoyarse mutuamente en sus esfuerzos positivos de crianza para criar niños felices y sanos.
- Inste a los padres a que continúen reuniéndose en sus grupos de apoyo para ayudarse y animarse unos a otros.



6. Presentación de Certificados y Compromiso Público a la Crianza Positiva

(15 min)

- Invite a los padres a presentar sus compromisos de ser padres positivos frente a los invitados. Ellos habrán escogido una canción, historia o una promesa de grupo.
- Invite al oficial ejecutivo del barrio o a otro representante oficial de la aldea para que le ayude a entregar los certificados de los padres.
- Una vez entregados los certificados, invite al funcionario o representante a decir algunas palabras de aliento y felicitaciones.



7. Tarea para la casa

(5 min)

Recuerde a los padres que ahora tienen la responsabilidad de continuar practicando la paternidad positiva con sus hijos, y que usted tiene la esperanza de que ellos compartirán su conocimiento con su comunidad y con sus compañeros padres!



8. Informe Post-Sesión (Monitoreo de Fidelidad)

Los co-facilitadores deben marcar todas las actividades de la lista de verificación de fidelidad. Si alguno de los puntos no fue completado, por favor explique por qué. Este informe debe adjuntarse al registro de asistencia al período de sesiones.

Lista de Verificación de Fidelidad de Líder de Grupo

Los facilitadores deben llenar una lista de verificación fidelidad separada después de cada sesión de sanación familiar.

Líder de Grupo 1: _____ Líder de Grupo 2: _____

Nombre de la comunidad: _____ Fecha: _____

Número de la sesión: _____

FIDELIDAD Y METODOLOGÍA DEL PROGRAMA		Lider del grupo 1	Lider del grupo 2
Marque con un círculo sí o no para cada paso / actividad de la sesión.			
1	¿Revisaste la actividad de la tarea con los participantes? (Es decir, ¿les preguntó a los participantes si hicieron su tarea, les piden a los participantes que compartan su experiencia?)	YES	NO
2	¿Siguió las actividades / ejercicios como se describe en el manual?	YES	NO
	Paso 1. Sesión completada	YES	NO
	Paso 2. Sesión completada	YES	NO
	Paso 3. Sesión completada	YES	NO
	Paso 4. Sesión completada	YES	NO
	Paso 5. Sesión completada	YES	NO
	Paso 6. Sesión completada	YES	NO
	Paso 7. Sesión completada	YES	NO
	Paso 8. Sesión completada	YES	NO
	Paso 9. Sesión completada	YES	NO
	Paso 10. Sesión completada	YES	NO
	Paso 11 Sesión completada	YES	NO
3	¿Explicó de forma clara y precisa la información tal como se describe en el manual, usando un lenguaje que es apropiado y fácil de entender para los participantes?	YES	NO
4	¿Fue cálido, amigable, sin prejuicios y respetuoso con los participantes (por ejemplo, sonrió, se dirigió a los participantes amablemente)?	YES	NO
5	¿Hizo que los participantes se sintieran lo suficientemente cómodos para hacer preguntas y compartir sus ideas (por ejemplo, los participantes solicitados para compartir sus puntos de vista y experiencias o si tenían preguntas que no fueron abordadas)?	YES	NO
6	¿Demostró escuchar activamente cuando los participantes estaban hablando (por ejemplo, hacer contacto visual con los participantes al hablar)?	YES	NO
7	¿Verificó para asegurarse de que los participantes entendieron y siguieron la sesión (por ejemplo, haciendo preguntas abiertas)?	YES	NO

8	¿Hiciste comentarios de apoyo a los participantes (por ejemplo, elogiaron a los participantes por hacer su tarea o les agradecieron por compartir su experiencia)?	YES	NO
9	¿Usó historias, ejemplos personales, proverbios o dichos para explicar ideas durante la sesión?	YES	NO
10	¿Jugabas juegos, cantaste canciones o llevabas a cabo otras actividades de animación y rompehielos durante la sesión?	YES	NO
11	¿Completaste las prácticas de habilidades tal como se describen en el manual?	YES	NO
12	¿Dio usted y explicó las tareas a los participantes al final de la sesión?	YES	NO
13	¿Estuvo preparado para la sesión (por ejemplo, rotafolios preparados, revisó los temas y actividades, leyó la sesión en su manual)?	YES	NO
14	¿Se apoyaron unos a otros e igualmente dividieron la facilitación de las actividades en la sesión?	YES	NO
PARTICIPACION DEL GRUPO			
15	¿Todos los participantes, tanto hombres como mujeres, participaron activamente en la sesión?	YES	NO
16	¿Los participantes hicieron preguntas durante la sesión?	YES	NO
17	¿Los participantes compartieron sus pensamientos, sentimientos o experiencias durante la sesión?	YES	NO
18	¿Los participantes se llevaron bien el uno con el otro en el grupo?	YES	NO
19	¿Los participantes parecían entender y seguir los temas de la sesión?	YES	NO
20	¿Los participantes participaron en los juegos, canciones y otras actividades de energización o rompehielos durante la sesión?	YES	NO
LOGÍSTICA DE ENTRENAMIENTO			
21	¿Les proporcionó a las familias algo para beber? ¿Algo para comer?	YES	NO
ASISTENCIA			
22	¿Cuántos adultos están presentes en la sesión de hoy?	YES	NO
23	¿Cuántos adultos estuvieron ausentes de la sesión de hoy?	YES	NO

24. Si se saltó un paso o realizó alguna mejora en la sesión, explique:

Evaluación de Fin de Sesión para los Padres (Adjúntese al formulario de fidelidad para cada sesión)

Por favor escriba lo que informaron los padres para cada pregunta.

1. ¿Qué es lo que más les gusta a los padres de esta sesión?

2. ¿Qué preguntas les hubiese gustado haber hecho pero no tuvieron tiempo de hacerlas?

3. ¿Qué les pareció útil sobre esta sesión?

4. ¿Alguna otra preocupación o comentario?
