# Manual del Facilitador para Crianza con Conciencia +

###### SEGUNDA EDICIÓN ABRIL 2024

**Versión Original por:** Jamie M. Lachman, Francesca Stuer, Nancy Amador, Britta Baer, Julieta Alegos, María Ortiz, Betzabe Riveros, Annielle Aguilar, Alberto Flórez, Luis Gutierrez, Matias Irarrázaval, Anilena Mejía, Lucía Loria, Viviana Retamal, José Parra-Cardona, Estelí Sánchez, Paulina Rincon, Paula Rodríguez, Gaudencío Juárez, Lucía Avelar, Mariella Swayne, María Fuentes, Iván Orlando, Zamora Zapata

**Versión Híbrida por:** Deepali Barapatre, Nancy Amador, Guadalupe Ramírez, Anna Booij, Jamie M. Lachman, Francesca Stuer, Britta Baer, Julieta Alegos, María Ortiz, Betzabe Riveros, Annielle Aguilar, Alberto Flórez, Luis Gutierrez, Matias Irarrázaval, Anilena Mejía, Lucía Loria, Viviana Retamal, José Parra-Cardona, Estelí Sánchez, Paulina Rincon, Paula Rodríguez, Gaudencío Juárez, Lucía Avelar, Mariella Swayne, María Fuentes, Iván Orlando, Zamora Zapata

**Ilustrado por:** Natalia Calixto

## Manual del Facilitador para Crianza con Conciencia +

SEGUNDA EDICIÓN ABRIL 2024

Crianza con Conciencia + se creó en colaboración con el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, UNICEF México, la Universidad de Oxford, IDEMS Internacional y Parenting for Lifelong Health (PLH). Crianza con Conciencia + está disponible para su uso bajo la Licencia Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional de Creative Commons (CC BY-SA 4.0 DEED).



Las condiciones de la Licencia incluyen lo siguiente:

* ATRIBUCIÓN: De acuerdo con la definición de Creative Commons, cuando se utilice Crianza con Conciencia + se debe dar crédito de manera adecuada, incluyendo (a) el nombre de los autores y de las partes atribuidas, (b) un aviso de derechos de autor, (c) una nota de licencia, (d) un aviso legal, y (e) un enlace al material.
* NO COMERCIAL: Los materiales de Crianza con Conciencia + estarán disponibles de manera gratuita sin propósitos comerciales.
* SIN DERIVADAS: No se permiten modificaciones de ningún Material Autorizado sin aprobación previa. La Licencia es aplicable a cualquier cambio, adaptación o traducción de los materiales bajo dicha Licencia.

Cualquier desviación de los términos de la Licencia está estrictamente prohibida.

## Agradecimientos

Crianza con Conciencia + se fundamentó en el análisis del aprendizaje en programas de crianza basados en evidencia y en las mejores prácticas actuales, como las descritas por Frances Gardner en las directrices de la OMS sobre intervenciones parentales para prevenir el maltrato y mejorar las relaciones entre padres e hijos de 0 a 17 años, el Informe del Centro de Investigaciones Innocenti 2017-10 de UNICEF y la guía INSPIRE de la OMS con las siete estrategias para poner fin a la violencia contra los niños y las niñas. También agradecemos las aportaciones recientes del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz y de la Universidad de Oxford en cierta selección de módulos de Crianza con Conciencia +.

También queremos extender nuestro agradecimiento a las instituciones, a las y los funcionarios públicos, madres, padres, y personas cuidadores y a las y los científicos y académicos que creyeron en este proyecto y contribuyeron amablemente con su tiempo y experiencia al aportar sus comentarios y enriquecer el Programa Crianza con Conciencia +.

La estructura y el contenido del programa actual fue recuperado y adaptado de los siguientes materiales y recursos clave:

* Lachman J. M. & Hutchings J. (2018). Parenting for Lifelong Health Programme for Young Children – European Version. Facilitator Manual. Fifth Edition
* Lachman J. N. & Hutchings J. (2017). Parenting for Lifelong Health Programme for Young Children. Parent Handbook. Fourth Edition
* Doubt J., Tsoanyane S., Lachman J. M., Ward C. & Cluver L. (2015). Sinovuyo Caring Families Programme for Mothers, Fathers, Caregivers and Teens. Facilitator Manual. Parenting for Lifelong Health for Teens. Third Edition
* Doubt J., Tsoanyane S., Lachman J. M., Ward C. & Cluver L. (2016). Sinovuyo Caring Families Programme for Mothers, Fathers, Caregivers and Teens. Family Guidebook. Parenting for Lifelong Health for Teens. First Edition
* Education Endowment Foundation. (2018). Preparing for Literacy: Improving Communication, Language and Literacy in the Early Years. London: Education Endowment Foundation.
* Education Endowment Foundation. (2021). Working with Mothers, Fathers, and Caregivers to Support Children’s Learning. London: Education Endowment Foundation.
* Save the Children. Ready to Learn Program. Evidence-driven, play-based response to the global learning crisis in which millions of children are not gaining the skills they need to succeed in school and life.
* Linehan, Marsha M. DBT skills training manual: for the therapist. Marsha M. Linehan ; Pablo Gagliesi. - 1st ed - La Plata : EDULP, 2020. Digital book, EPUB
* Del Barrio V. (2007). El Niño Deprimido. Causa, evaluación y tratamiento. Ed. Ariel. Barcelona, España
* Friedberg R. & McClure J. (2005). Práctica Clínica de Terapia Cognitiva con Niños y Adolescentes. Ed. Paidós. Barcelona, España
* Mandil J., Quintero P., Maero F. (2017). ACT Terapia de aceptación y compromiso con adolescentes. Ed. Librería Akadia. Argentina
* American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5. Washington, DC
* Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF. (2022). El Enfoque Basado en los Derechos de la Niñez. Serie de formación sobre el enfoque basado en los derechos de la niñez. Santiago, Chile. https://www.unicef.org/chile/media/7021/file/mod%201%20enfoque%20de%20derechos.pdf
* Organización Mundial de la Salud [OMS] (2023, 21 de Febrero). Estrés. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress#:~:text=Se%20puede%20definir%20el%20estr%C3%A9s,las%20amenazas%20y%20a%20otros%20est%C3%ADmulos>.

## Índice

[**PART ONE:   
Overview of Crianza con Conciencia+ Hybrid Parenting Programme 3**](#_2et92p0)

[1 | Introduction 4](#_3dy6vkm)

[1.1 Welcome](#_1t3h5sf) [5](#_1ksv4uv)

[1.2 What is Crianza con Conciencia+ Hybrid Positive Parenting Programme? 7](#_2jxsxqh)

[1.3 Who developed the Programme? 8](#_2xcytpi)

[2 | Programme Structure 10](#_2bn6wsx)

[2.1 Crianza con Conciencia+ Chatbot 10](#_qsh70q)

[2.2 In-person Onboarding Session and WhatsApp Chat Sessions 11](#_vx1227)

[2.3 Overview of How to Deliver the Programme 13](#_1mrcu09)

[**PART TWO:   
Facilitator Guide for In-person sessions** 17](#)

[3 | In-person Onboarding Session 18](#)

[3.1. Before you begin 19](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.1664s55)

[3.2. Delivering the Session 26](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.xvir7l)

[Session Agenda 26](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.1x0gk37)

[Welcome 28](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.4h042r0)

[Getting Started with Crianza con Conciencia+ Chatbot 35](#)

[Crianza con Conciencia+ Chatbot’s First Lesson: Spend One-on-one Time with My Child 41](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.1opuj5n)

[Closing 44](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.fekbxoeo3woa)

[4 | Parent Reflection and Celebration 47](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.haapch)

[4.1. Overview of the Session 47](#)

[4.2. Before you Begin 48](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.3ep43zb)

[4.3. Delivering the Session 50](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.279ka65)

[Welcome 51](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.vmpwj57kj7jk)

[Collaborative Art Activity 54](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.2koq656)

[Discussion on continuing support 56](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.bj5peppl1idx)

[Awareness Activity (10 min) 58](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.3jtnz0s)

[Closing (10 min)](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.4iylrwe)

[60](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.4iylrwe)

[**PART THREE:   
Facilitator Check-in Messages 61**](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.xorv4i1md3yr)

[5 | Sample Check-in Messages 62](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.ty3o9b4lnpkx)

[Day 1: After the Onboarding Session 62](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.aw6a3wd7jjnb)

[Day 3: Check-in 62](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.1yzo8jobjvta)

[Day 5: Check-in 62](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.ydoy2s2u1d2s)

[Day 7: Check-in 63](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.vsxbgd8uv8rb)

[Day 9: Check-in 63](https://docs.google.com/document/d/13_EaBUgcu1iaWH70KNR6shjza65jn1Ei5qLOmcJtihA/edit#heading=h.gec1kznwzp79)

# PRIMERA PARTE: Resumen General de Crianza con Conciencia +

Enlaces rápidos

[1 | Introducción](#_3dy6vkm)

[1.1 Bienvenida](#_1t3h5sf)

[1.2 ¿Qué es Crianza con Conciencia+?](#_2jxsxqh)

[1.3 ¿Quién Desarrolló el Programa?](#_2xcytpi)

[2 | Estructura del Programa](#_2bn6wsx)

[2.1 Crianza con Conciencia+ Chat Automatizado](#_qsh70q)

[2.2 Sesión Presencial y Sesiones de Chat por WhatsApp](#_vx1227)

[2.3 Resumen General sobre Cómo Impartir el Programa](#_1mrcu09)

## 1 | Introducción

Enlaces rápidos

[1.1 Bienvenida](#_1t3h5sf)

[1.2 ¿Qué es este Programa Híbrido de Crianza Positiva llamado Crianza con Conciencia +?](#_2jxsxqh)

[1.3 ¿Quién Desarrolló el Programa?](#_2xcytpi)

### 1.1 Bienvenida

#### ¡Te damos la Bienvenida a Crianza con Conciencia +!

#### ¿Qué podrás encontrar aquí?

* ¡Este manual es para TI!
* Una guía completa para ayudarte a impartir el programa de Crianza con Conciencia + a las familias de tu comunidad.
* Pasos para saber cómo empezar el programa con las personas cuidadoras y poder brindarles apoyo.
* Información específica sobre el contenido del programa.

#### ¿Qué debes recordar?

* Es importante que te apegues lo más que puedas a este manual. Sin embargo, los manuales solo son una guía para apoyarte después de haber llevado el taller de formación.
* Qué impartes – el contenido del manual – es solo el 20% del programa. ¿Cuál es el 80% restante? Tiene que ver con **CÓMO** facilites el programa e interactúes con las madres, los padres y las personas cuidadoras.

#### Habilidades Requeridas

Las habilidades básicas de una persona facilitadora sirven como espejo para que las madres, los padres y las personas cuidadoras aprendan a usar un enfoque colaborativo para resolver problemas y provocar el cambio que queremos ver en las familias y en la comunidad. Dichas habilidades incluyen el comprender las etapas del desarrollo infantil; conocer sobre derechos humanos; halagar y animar a las madres, los padres y las personas cuidadoras; usar la habilidad de escucha activa; mostrar constancia y compasión; explorar los problemas y practicar diversas soluciones.

Gracias por tu compromiso y dedicación a la promoción de los derechos humanos y el bienestar de la niñez mediante una crianza positiva y, como consecuencia, a la reducción de la violencia contra las niñas, niños y adolescentes.

¡Iluminas el camino hacia la crianza positiva!

| Recuerda  Así como les decimos a las madres, los padres y las personas cuidadoras: "**Lo que haces en casa hace la diferencia**", lo mismo aplica para ti: "**La manera en que interactúas con las madres, los padres y las personas cuidadoras de tu grupo, marca la diferencia.**"  Practicar tus habilidades de facilitación, antes de una sesión, te dará más confianza y serás capaz de impartir el programa de manera efectiva. Si hay algo que no recuerdes o que todavía no te sientas muy a gusto enseñando, practícalo con tu compañera o compañero de formación. También es importante que practiques las habilidades del programa con tus niñas, niños o adolescentes (si los tienes). ¡Practicar estas habilidades puede resultarte útil para construir relaciones positivas con otras personas como tus colegas, amistades y seres queridos! |
| --- |

| Nota  Sabemos que muchas niñas y niños están al cuidado de alguien que no necesariamente es su madre o padre biológico. Cuando hablamos de "madres, padres y personas cuidadoras", así como de "crianza", nos referimos a las personas cuidadoras principales o tutores de la niña o el niño, aunque no sean madres, padres, o personas cuidadoras con alguna relación biológica. |
| --- |

**En este manual, los siguientes íconos señalan orientación y consejos específicos para**

Apoyo Virtual a través de Formando Conciencia +

Crianza con Conciencia + chatbot

### 1.2 ¿Qué es Crianza con Conciencia +?

Crianza con Conciencia + es un programa para fortalecer a las familias cimentado en prácticas basadas en evidencia que han sido recopiladas a lo largo de décadas de investigación. El programa adopta un enfoque basado en los derechos humanos, es sensible a las cuestiones de género y fue diseñado para familias con niñas, niños y adolescentes de 2 a 17 años. Está diseñado para ser impartido a madres, padres y personas cuidadoras mediante una combinación de sesiones presenciales y chats automatizados de apoyo para la crianza a través de WhatsApp.

El tema central de Crianza con Conciencia + es "Construir un Hogar de Amor y Apoyo para Tu Niña, Niño, Adolescente y Tú". Al ayudar a madres, padres y personas cuidadoras a construir un hogar que brinde apoyo para sus niñas, niños y adolescentes y para sí mismos, les preparamos para: fortalecer los vínculos con sus niñas, niños y adolescentes; comprender y apoyar los derechos humanos de niñas y niños; y enseñarle habilidades sociales y emocionales a sus niñas, niños y adolescentes.

Este manual es una guía para que puedas impartir el programa. Como persona facilitadora, debes asistir a un curso de formación para la impartición de programas antes de impartir el programa.

El objetivo general de Crianza con Conciencia + es proporcionarle a madres, padres y personas cuidadoras las habilidades necesarias para promover el desarrollo infantil saludable, los derechos humanos, el aprendizaje y el bienestar.

### 1.3 ¿Quién Desarrolló el Programa?

¡Muchas personas distintas!

Crianza con Conciencia + se creó en colaboración con el Instituto Nacional de Psiquiatría (INP), UNICEF México, la Universidad de Oxford, la Asociación de Trabajadores Sociales de Malasia (MASW, por sus siglas en inglés), IDEMS Internacional y Parenting for Lifelong Health.

En el 2022, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) comisionó y financió la adaptación del programa de "Parenting for Lifelong Health for Young Children" (PLH-YC, por sus siglas en inglés) al contexto de América Latina y enfocado en niñas y niños en etapas tempranas del desarrollo. PLH-YC es una intervención para la crianza desarrollada por Parenting for Lifelong Health como parte de una colaboración entre la OMS, la UNICEF y las Universidades de Oxford, Cape Town, Bangor y Stellenbosch. Maira Rebeca Álvarez Loyo Bárcenas dirigió la adaptación cultural de PLH-YC bajo la dirección general y la orientación de Jamie Lachman y Frances Gardner, del Departamento de Política e Intervención Social de la Universidad de Oxford. La organización de Payasos sin Fronteras de Sudáfrica proporcionó apoyo adicional.

En 2020, Parenting for Lifelong Health (PLH) colaboró con la Universidad de Oxford, la Universidad de Cape Town, la UNICEF, Payasos sin Fronteras de Sudáfrica, IDEMS International y otras organizaciones para adaptar sus programas presenciales en respuesta a las restricciones impuestas a los programas presenciales de crianza durante la pandemia de COVID-19 y a las dificultades para realizar programas a gran escala en entornos de bajos recursos señaladas por los colaboradores encargados de implementar el programa. Una de las adaptaciones de PLH es Crianza con Conciencia + (ParentText, en inglés), un chat automatizado interactivo y autoguiado que se envía a través de plataformas de mensajería instantánea como WhatsApp a madres, padres y personas cuidadoras de niñas y niños de 2 a 17 años.

Crianza con Conciencia + se desarrolló mediante una amplia adaptación cultural, pruebas con usuarios y pruebas piloto con madres, padres, personas cuidadoras y proveedores de servicios. El contenido principal del programa se basa en los programas presenciales de PLH para Niñas y Niños y PLH para Adolescentes. Se ha desarrollado contenido adicional para brindar apoyo y mejorar los resultados en materia de salud mental, educación, derechos humanos, violencia de género y transformaciones de género.

Dada la escasa participación de los usuarios en las intervenciones de crianza que solo tienen el componente virtual, hemos desarrollado un paquete de entrega híbrido para Crianza con Conciencia + que incluye el chat automatizado de Crianza con Conciencia +, supervisión por parte de las personas facilitadoras en grupos de apoyo de WhatsApp y sesiones presenciales. Esta versión también se ha probado en Malasia y Sudáfrica.

## 

2 | Estructura del Programa

Enlaces rápidos

[2.1 Crianza con Conciencia+ Chat Automatizado](#_qsh70q)

[2.2 Sesión Presencial y Sesiones de Chat por WhatsApp](#_vx1227)

[2.3 Resumen General sobre Cómo Impartir el Programa](#_1mrcu09)

El programa Crianza con Conciencia + que impartirás es un programa "híbrido". Esto significa que algunos contenidos se imparten en persona, otros a través de grupos de chat de WhatsApp y otros a través del chat automatizado de Crianza con Conciencia +. 

2.1 Crianza con Conciencia + Chat Automatizado

El componente principal del programa es el chat virtual y automatizado de Crianza con Conciencia +. Este chat automatizado les envía a las personas participantes contenidos diarios sobre crianza a través de WhatsApp.

Madres, padres y personas cuidadoras interactúan por primera vez con el chat automatizado de Crianza con Conciencia + al responder a una serie de preguntas sobre su persona.

Tras este acercamiento inicial, se les presenta la primera habilidad de crianza positiva: "Hacer una pausa". Hacer una Pausa les enseña a las madres, los padres y las personas cuidadoras a ver por su persona antes de enfocarse en ayudar y mantener a sus niñas y niños.

Una vez que las madres, los padres y las personas cuidadoras se incorporan con éxito al chat automatizado de Crianza con Conciencia +, avanzan a el curso básico, que consta de cinco sesiones sobre cómo mejorar las relaciones entre madres, padres, personas cuidadoras y sus niñas o niños. Estas 5 sesiones son:

1. Pasar Tiempo Uno a Uno con Mi Niña, Niño o Adolescente.
2. Dar Reconocimiento y Halagar.
3. Crear una Rutina para el Tiempo Uno a Uno.
4. Identificar Emociones y Sentimientos durante el Tiempo a Uno a Uno.
5. Mantener la Calma Cuando Haya Estrés.

Una vez que las madres, los padres y las personas cuidadoras completan las 5 sesiones, reciben un reconocimiento por haber completado el curso. Posteriormente, se les ofrece una lista de cursos abiertos entre los que pueden elegir en función de la edad de su niña, niño o adolescente:

| Nombre del curso | Edades |
| --- | --- |
| Entender el Desarrollo de mi Niña o Niño | 2 a 9 |
| Guiar el Buen Comportamiento de Mi Niña o Niño | 2 a 9 |
| Seguridad y Salud de Mi Niña o Niño | 2 a 9 |
| Preparar a Mi niña o niño para el Aprovechamiento Académico | 2 a 9 |
| Cuidar del Bienestar de Mi Adolescente y del Mío | 10 a 17 |
| Guiar el Buen Comportamiento de Mi Adolescente | 10 a 17 |
| Seguridad y Salud de Mi Adolescente | 10 a 17 |
| Apoyar a Mi Adolescente en su Aprendizaje | 10 a 17 |
| Responsabilidad e Involucramiento en la Crianza Compartida | 2 a 17 |

Las madres, los padres y las personas cuidadoras pueden llevar todos los cursos abiertos que cumplan sus requisitos. Estos cursos abiertos se enfocan en: crear un entorno seguro, afectuoso y respetuoso para las niñas, niños y adolescentes; reforzar el vínculo entre madres, padres, personas cuidadoras y sus niñas, niños y adolescentes; comprender su desarrollo; y proporcionar estrategias sin violencia para saber guiar los problemas de conducta.

Cada estrategia se presenta utilizando un conjunto similar de actividades:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Un **cuestionario breve** para despertar el interés de las personas participantes (para la mayoría de las estrategias). | Una **historieta** para mostrar situaciones relevantes entre madres, padres, personas cuidadoras y sus niñas o niños con las que las personas participantes puedan identificarse. | **Estrategias** clave que explican cómo usar una habilidad de crianza nueva. Dependiendo de su nivel escolar y de la disponibilidad de datos móviles, las personas participantes pueden elegir recibir estas estrategias como mensajes de texto, audio y/o video. | Una **Actividad para Casa** que impulse a las personas participantes a aplicar la estrategia nueva en casa. |

### 2.2 Sesión Presencial y Sesiones de Reflexión:

Además del contenido que se ofrece directamente a través del chat automatizado de Crianza con Conciencia + todos los días, las personas participantes reciben el siguiente apoyo adicional:

* **Una Sesión de Integración de manera presencial:** En esta sesión se presenta el programa de Crianza con Conciencia + a todas las madres, los padres y las personas cuidadoras y se les ayuda a empezar a interactuar con el chat automatizado de Crianza con Conciencia + en WhatsApp.
* **Sesiones de Reflexión:** Antes de empezar la Sesión de Integración, crearás un grupo de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras. A lo largo de cuatro semanas, dirigirás Sesiones de Reflexión, utilizando mensajes previamente escritos que podrás encontrar en la Aplicación Formando Conciencia +. Encontrarás estos mensajes en 'x' en Formando Conciencia + App. Estos mensajes abarcan diversos temas destinados a apoyar a las madres, los padres y las personas cuidadoras y a saber manejar el estrés relacionado con la crianza. Para compartir los mensajes en el grupo de Reflexión, harás clic en el botón "compartir" y elegirás la opción de WhatsApp en la aplicación.

Aquí tienes la agenda semanal del programa:

|  | Sesión de Integración | WhatsApp  Sesiones de Reflexión | Curso de Crianza con Conciencia + |
| --- | --- | --- | --- |
| Semana 1 | Sesión de Integración de manera presencial.  Cómo Usar CC+ | Sesión de Reflexión 1 | ✅ |
| Semana 2 |  | Sesión de Reflexión 2 | ✅ |
| Semana 3 |  | Sesión de Reflexión 3 | ✅ |
| Semana 4 |  | Sesión de Reflexión 4 | ✅ |

### 2.3 Resumen General sobre Cómo Impartir el Programa

#### Preparación para el programa

Es importante tener una buena preparación. Esto demuestra que respetas a las madres, los padres y las personas cuidadoras que participan y garantiza que reciban todo el apoyo disponible. Asegúrate de que sabes lo que tienes que hacer.

Es decir:

* ¡Lee este manual de la persona facilitadora! Hemos intentado incluir todo lo que necesitas saber para impartir el programa.
* Asegúrate de que conoces las estrategias y los conceptos relevantes de crianza positiva que se encuentran en el chat automatizado de Crianza con Conciencia +.
* Practica impartir la Sesión de Integración y otras partes del programa con una compañera o compañero. ¡La práctica te hará sentir seguridad!
* Asegúrate de que toda la tecnología que necesites esté lista: revisa que la aplicación Formando Conciencia + esté descargada, que tu teléfono tenga batería y que la conexión a internet sea segura y estable. Ten un plan de respaldo para cualquier falla tecnológica, es importante que consideres formas alternativas de comunicarte con las madres, los padres y las personas cuidadoras.
* Asegúrate de que todos los materiales y los espacios estén preparados antes de la Sesión de Integración.

#### Cómo brindar apoyo durante la Sesión de Integración

* Asegúrate de comenzar a tiempo.
* Recibe y saluda a las madres, los padres y las personas cuidadoras cuando lleguen a la sesión.
* Crea un espacio seguro, cómodo y empático, haz que sientan una bienvenida cálida al recibirles con una sonrisa y contacto visual.
* Busca entender la relación entre madres, padres y personas cuidadoras y sus niñas, niños y adolescentes. Recuerda que cada relación será diferente.
* Acuérdate que cada niña, niño y adolescente se desarrolla a su propio ritmo y en etapas distintas.
* Respeta lo que comparten las personas participantes y sé consciente de las diferentes edades, géneros, valores y circunstancias.
* Anima a las madres, los padres y las personas cuidadoras a compartir y responderse unos a otros, ¡halágales cuando lo hagan!
* Recuérdales a las madres, los padres y las personas cuidadoras las reglas del grupo cuando lo consideres necesario.
* Identifica a las madres, los padres y las personas cuidadoras que no participen mucho o que tengan dificultades con algo durante el programa y bríndales apoyo.
* Modela el comportamiento que quieres ver en las madres, los padres y las personas cuidadoras.
* Utiliza dinámicas divertidas para que las interacciones presenciales sean atractivas y entretenidas.

#### 

#### Estrategias para Facilitar Eficazmente las Sesiones Presenciales

##### Usa un enfoque colaborativo para el aprendizaje

En muchos otros programas, las personas facilitadoras les dicen a las personas participantes lo que tienen que hacer y por qué es importante.

En Crianza con Conciencia +, hacemos las cosas de otra manera. Nos gusta pensar que es un enfoque colaborativo y participativo del aprendizaje. Como facilitadores, ustedes son colaboradores o compañeros que trabajan junto con las madres, los padres y las personas cuidadoras para identificar planes y llevar a cabo soluciones que les ayuden a mejorar su vida en casa.

Resulta útil pensar en las madres, los padres y las personas cuidadoras como expertos que conocen a sus niñas, niños y adolescentes y sus circunstancias. Muchas madres, padres y personas cuidadoras ya están practicando diversas formas positivas de criar a sus niñas y niños. Algunos podrán identificar maneras de mejorar su crianza por su cuenta y con un poco de orientación.

Nuestro trabajo consiste en ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a aprender cómo alcanzar sus objetivos por su propia cuenta. Esto significa que a veces tenemos que esforzarnos más para hacer las preguntas abiertas adecuadas que ayuden a las madres, los padres y las personas cuidadoras a descubrir los beneficios que le aportan a sus niñas y niños al usar la crianza positiva y la disciplina sin violencia.

Cuando las madres, los padres y las personas cuidadoras se autoenseñan, aprenden una habilidad que les servirá por mucho tiempo, inclusive después de que finalice el programa.

##### Modela el comportamiento que quieres ver

El principio del modelamiento es la base de nuestra forma de impartir Crianza con Conciencia +.

Si dirigimos las sesiones con un enfoque colaborativo, halagamos frecuentemente a las madres, los padres y las personas cuidadoras, practicamos la escucha activa y usamos instrucciones positivas, las madres, los padres y las personas cuidadoras harán lo mismo con sus niñas y niños.

De la misma manera, si a las madres, los padres y las personas cuidadoras les decimos lo que tienen que hacer, les criticamos o nos reímos de lo que dicen o hacen, ignoramos sus necesidades o preocupaciones, o solo les decimos lo que no queremos que hagan, las madres, los padres y las personas cuidadoras harán lo mismo.

Haz actividades de relajación que te ayuden a reducir tu propio estrés. Incluso puede ser simplemente respirar profundo. Las madres, los padres y las personas cuidadoras aprenderán de tu ejemplo y empezarán a reflejar tu comportamiento.

En muchos sentidos, estás utilizando la crianza positiva con las madres, los padres y las personas cuidadoras de la manera en que te gustaría que la utilizaran con sus niñas y niños. **¡Sí funciona!**

##### Ve al ritmo de las madres, los padres y las personas cuidadoras e involucra a todo el grupo

Al impartir el programa, siempre debes ir al ritmo de tus madres, padres y personas cuidadoras. Asegúrate de que las madres, los padres y las personas cuidadoras de tu grupo comprendan el contenido que están viendo antes de pasar al contenido nuevo.

Esto significa que tal vez tengas que tomar más tiempo para resolver los problemas que surjan durante las sesiones.

##### Haz que Crianza con Conciencia + sea un lugar feliz y seguro para el aprendizaje

A todo el mundo le gusta estar en un lugar cálido y acogedor. Estas son algunas estrategias para que las personas facilitadoras hagan de Crianza con Conciencia + un lugar alegre para el aprendizaje:

1. Invita a las madres, a los padres y a las personas cuidadoras a participar: identifica cuándo alguien se está conteniendo y pregúntale si desea compartir una opinión o experiencia.
2. Menciona que este es un espacio seguro y solidario en el que no se juzgará a nadie. Las experiencias compartidas en el grupo serán confidenciales.
3. Asegúrate de que todos los presentes puedan oírte (y oírse entre sí).
4. Siéntate cuando estés hablando. Siéntate con las madres, los padres y las personas cuidadoras y ponte a su nivel visual. Si es posible, intenta sentarte entre las madres, los padres y las personas cuidadoras en lugar de posicionarte en frente del grupo.
5. Crea un ambiente cómodo y acogedor para la reunión.
6. Asegúrate de que haya suficientes sillas y de que el espacio esté limpio. En verano, pon un ventilador o prende el aire acondicionado (si está disponible). ¡Hasta puedes decorar el espacio, si te parece una buena idea!
7. Establece cuáles son las necesidades lingüísticas de las personas participantes.
8. Respeta cualquier cosa que las madres, los padres y las personas cuidadoras compartan con el grupo.
9. Seguramente habrá muchas risas durante las Sesiones de Reflexión, pero intenta reírte con las madres, los padres y las personas cuidadoras y no de ellos, aunque lo que digan suene un poco gracioso.
10. Reconoce y halaga a las madres, los padres y las personas cuidadoras por su esfuerzo y dedicación.
11. Modela el comportamiento que deseas ver en las madres, los padres y las personas cuidadoras en tus interacciones con cada persona y en la manera en que tratas con el grupo en general.
12. Halaga, respeta y reflexiona en las contribuciones que hacen las madres, los padres y las personas cuidadoras.