# Guía para Personas Asesoras del Curso de Crianza con Conciencia +

###### PRIMERA EDICIÓN MAYO 2024

**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

## Guía para Personas Asesoras del Curso de Crianza con Conciencia +

PRIMERA EDICIÓN MAYO 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: Usted debe dar [crédito de manera adecuada](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/?ref=chooser-v1#ref-appropriate-credit) e indicar si se han realizado cambios a su adaptación. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo del licenciante.
* CompartirIgual: Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la [misma licencia](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/?ref=chooser-v1#ref-same-license) del original.
* No hay restricciones adicionales: No puede aplicar términos legales ni [medidas tecnológicas](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/?ref=chooser-v1#ref-technological-measures) que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la 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.
* Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023, 21 de febrero). Estrés.

## Índice

[1 | Introduction 7](#_3dy6vkm)

[1.1 Welcome 7](#_1t3h5sf)

[1.2 What is Crianza con Conciencia+? 9](#_2jxsxqh)

[1.3 Who developed the Programme? 10](#_2xcytpi)

[1.4 Techniques for Coaching](#_tj1dva7vkbhm) 11

[2 | Programme Structure 17](#_2bn6wsx)

[2.1 Crianza con Conciencia+ Chatbot 17](#_qsh70q)

[2.2 In-person Session and WhatsApp Chat Sessions: 20](#_vx1227)

[2.3 Accessing the chatbot and the app 21](#_s0xf7z4rbir8)

[2.4 Role of Facilitators, coaches, and trainers 23](#_c9c51zvk0iza)

[3 | Coaching Support for the Facilitators 25](#_xv8y46y6y269)

[3.1 Overview of Coaching 25](#_madznvap5opu)

[3.2 Before the coaching session 26](#_ekqvc2k9wmrq)

[3.3 During the Coaching session 27](#_cwi91cmtq7nw)

[3.1. Coaching session agenda 27](#_7kbpj4shvn2m)

[3.2. Delivering the coaching session 29](#_q31uz1uc0og7)

[Starting the coaching session 29](#_pxrpqtocnx48)

[Discussing feedback with each facilitator 34](#_slq98r79e8nc)

[Additional Activities 36](#_cqfy1jjcsan0)

[Ending the coaching session 37](#_w0czk3si7i1w)

[3.4. After the coaching session 39](#_8wbn6jpcqqrx)

## 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!
* Recursos para que puedas asesorar a cada persona facilitadora del programa Crianza con Conciencia+.

#### Habilidades Requeridas

Las habilidades básicas de una persona asesora consisten en proporcionar supervisión y apoyo para cada persona facilitadora que imparte el programa. Las habilidades que necesitas incluyen el comprender las etapas del desarrollo infantil; conocer sobre derechos humanos; saber halagar y animar a cada persona facilitadora; usar la habilidad de escucha activa; mostrar constancia y compasión; explorar los problemas y practicar diversas soluciones. Mediante estas habilidades, cada persona asesora modela las mismas habilidades que necesita cada persona facilitadora para impartirle el programa a las madres, los padres y las personas cuidadoras.

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 y los niños.

¡Eres como una estrella brillante que ilumina el camino!

| Recuerda  Así como les decimos a las madres, los padres y las personas cuidadores: "**Lo que haces en casa hace la diferencia**", lo mismo aplica para tus personas facilitadoras: "**La manera en que interactúas con las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la sesión, hace la diferencia.**" y para ti: "**La manera en que interactúas con cada persona facilitadora de tu grupo, es lo que hace la diferencia.**"  ¡Practica, practica, practica! Practicar tus habilidades de asesoramiento, antes de una sesión, te dará más confianza y serás capaz de impartir el programa de manera efectiva. También, ayuda a modelar los comportamientos que queremos ver en cada persona facilitadora (y en las madres, los padres y las personas cuidadoras). Si hay algo que no recuerdes o que todavía no te sientas muy agusto enseñando, practícalo con las demás personas asesoras que están contigo. |
| --- |

| 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 y con las familias mexicanas que tienen niñas, niños y adolescentes de 2 a 17 años. Se imparte a madres, padres y otras 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 ayudarte a apoyar a las personas facilitadoras que imparten el programa. Debes asistir a un curso de entrenamiento para personas facilitadoras y personas asesoras en la impartición del programa antes de comenzar a impartir dicho 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.

### 

### 1.4 Técnicas de Asesoramiento

#### Enfoque de Aprendizaje Activo Participativo

Tus sesiones de asesoría son parte del Programa Crianza con Conciencia+ y usarás técnicas específicas basadas en un enfoque activo-participativo de aprendizaje. Como personas asesoras, proporcionarán supervisión a manera de apoyo a cada persona facilitadora para ayudarles a identificar y poner en práctica soluciones a los retos que experimenten al impartir el programa. Esto ayudará a que cada persona facilitadora adquiera las habilidades y conocimientos necesarios para impartir el programa de forma independiente.

| Nota  Resulta útil considerar a las personas facilitadoras como los expertos que conocen su propio contexto y a las familias con las que trabajan. |
| --- |

**Este enfoque refleja, como un espejo, la manera en que las personas facilitadoras deben impartirle el programa a las madres, los padres y las personas cuidadoras.** Implica que las y los participantes aprendan juntos, en equipo, compartiendo experiencias y solucionando problemas. Este enfoque también fortalece la confianza de las y los participantes y les demuestra que sus opiniones importan y que son valiosas. Además, crea un sentimiento de pertenencia, apoyo, comprensión mutua y respeto dentro del grupo. Las y los participantes aprenden que no tienen por qué hacer las cosas sin ayuda, que otras personas se han enfrentado a experiencias y retos similares, y que pueden aprender unos de otros.

**Tu trabajo es ayudar a cada persona facilitadora a aprender por su cuenta.** Esto significa que a veces tenemos que esforzarnos más para saber 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 personas facilitadoras se autoenseñan, aprenden una habilidad que les servirá por mucho tiempo, inclusive después de que finalice el programa.

**Aprender haciendo:** Apoyarás a las personas facilitadoras a aprender a fomentar debates sobre las habilidades de crianza en sus sesiones de chat. La evidencia relacionada con los programas de crianza eficaces sugiere claramente que practicar las habilidades nuevas es un elemento fundamental para el éxito de los programas de crianza.

#### Habilidades Básicas de Facilitación para Personas Asesoras (y Personas Facilitadoras)

A continuación, se exponen algunas habilidades básicas de "buenas prácticas" para ti como persona asesora. Son las mismas que deben de considerar las personas facilitadoras que imparten el programa a madres, padres y personas cuidadoras. **¡Esto se conoce como el principio del modelamiento!**

* Preparar la sesión con anticipación para que ya tengas familiaridad con el contenido de la sesión y todo el material necesario a la mano;
* Siempre reconocer y halagar la puntualidad, la participación, el entusiasmo y cualquier comportamiento que aprecies y que te gustaría que continuara;
* Cada vez que sea necesario durante las sesiones presenciales o virtuales, recuérdales a las personas facilitadoras, con mucho tacto, cuáles son las reglas básicas y los acuerdos a los que llegaron con el fin de mantener un espacio de entrenamiento claro y favorecedor;
* ¡Diviértete con las personas facilitadoras! Comprometerte con el material y participar en los debates, demuestra cuánto valoras el programa y sus contenidos;
* Resumir y recapitular los principios básicos y las habilidades de facilitación para garantizar que las personas facilitadoras van comprendiendo cada módulo y su relevancia;
* Buscar la flexibilidad, la adaptabilidad y la creatividad al responder a los retos de la facilitación o de la crianza.

El principio de modelamiento puede ir un paso más allá, ya que estos principios son igual de relevantes para las madres, los padres y las personas cuidadoras que interactúan con sus niñas, niños y adolescentes, como para las personas entrenadoras y facilitadoras:

* Reconocer los sentimientos de la otra persona y ayudar a explorar soluciones para los problemas mediante la escucha reflexiva y la aceptación de dichos sentimientos;
* Actuar positivamente y no juzgar cuando se hable de cualquier problema o reto;
* Mantener contacto visual continuo con la persona con la que estás hablando;
* Siempre animar a que las personas facilitadoras/madres, padres, personas cuidadoras/niñas y niños se apoyen entre sí, en lugar de simplemente darles la solución (por ejemplo, buscando a otras personas que hayan vivido situaciones difíciles similares y sepan cómo afrontarlas);
* Comunicarse con profesionalismo y usar un lenguaje sencillo y aceptable;
* Tener en cuenta el tono de voz, la edad de los participantes y su nivel educativo;
* Ser consciente de la moral y el estado de ánimo del grupo; tener la capacidad de dar confianza y apoyo específico en los casos que lo requieran;
* Ser accesible y esforzarse por darse cuenta de las cosas que no se dicen directamente (estados de ánimo, conflictos, problemas).

#### 

#### Resumen General del método A-E-C-P para Sesiones de Asesoría

El método Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar (A-E-C-P) es la técnica principal de facilitación usada para impartir el programa de Crianza con Conciencia +. Implica escuchar activamente, la facilitación colaborativa, el fomento de la autoconciencia, el énfasis hacia los principios básicos y la oportunidad de practicar las habilidades aprendidas.

Nota: Aunque A-E-C-P se use más en sesiones presenciales, también se puede aplicar al apoyo remoto o virtual a través de los grupos de WhatsApp.

La aproximación A-E-C-P se le presenta a las personas facilitadoras usando un ejercicio de aprendizaje activo que modela el proceso de A-E-C-P. También es importante que tú modeles este enfoque a lo largo de las sesiones de asesoría.

##### ACEPTAR

Las personas facilitadoras se empoderan y se animan a compartir cuando **ACEPTAS** lo que dicen durante una conversación. **ACEPTAR** demuestra que les prestas atención y reconoces que son importantes y que merecen respeto.

**ACEPTAR** también es una habilidad importante que cada persona facilitadora debe de modelar con las madres, los padres y las personas cuidadoras.

Hay varias formas de demostrar la aceptación:

* **Reflexiona, repite o reformula lo que cada persona comente en el grupo**: Esto demuestra que has escuchado y entendido lo que dice y siente la persona facilitadora. Esto también es útil para resumir y aclarar la idea principal de la persona facilitadora con el resto del grupo.
* **Reconoce y halaga las contribuciones que la persona facilitadora aporte a la discusión:** Agradecerle a la persona facilitadora por su valentía y compromiso al compartir, sobre todo si habló de una experiencia difícil o negativa. Destaca los aspectos de la aportación que sean útiles y de beneficio para el aprendizaje grupal.
* **Utiliza gestos no verbales y lenguaje corporal** para transmitirle a la persona facilitadora que estás poniendo atención, reconociendo y respetando su aportación. Llama a la persona facilitadora por su nombre, inclínate hacia el hablante, establece contacto visual, asiente con la cabeza y atiende a todos las madres, los padres y personas cuidadoras de tu grupo para incluirles y mantener su participación en la conversación.

##### EXPLORAR

Tómate tu tiempo para **EXPLORAR** la experiencia completa de la persona facilitadora. Para ayudar a las personas facilitadoras a resolver los problemas (o a destacar las experiencias positivas), necesitamos saber exactamente qué ocurrió durante la sesión de chat.

**EXPLORAR** nos ayuda a comprender mejor la situación y a identificar concretamente el problema al que se enfrentó la persona facilitadora.

**EXPLORAR** también le ayuda a la persona facilitadora a desarrollar la capacidad de observación. Les ayuda a entender cómo sus acciones se relacionan con el comportamiento de sus personas cuidadoras. .

Para entender bien un acontecimiento o una experiencia compartida por alguna madre, padre o persona cuidadora, haz preguntas y realmente atiende a los detalles relevantes.

Si la persona facilitadora está compartiendo una experiencia difícil, tener un poco más información puede ayudarte a ti y al grupo a sugerir mejores posibles soluciones para esa situación.

Pregunta el qué, dónde, cuándo, quién y cómo del acontecimiento o experiencia. Apórtale una sensación de curiosidad a tus preguntas.

Explora los sentimientos de la persona facilitadora y de la madre, el padre y la persona cuidadora (siempre y cuando sea apropiado). También puedes explorar con cada persona facilitadora para ver si exploraron, junto con las madres, los padres y las personas cuidadoras, las emociones de sus niñas, niños y adolescentes.

##### CONECTAR

La parte de **CONECTAR**  puede llegar a ser la parte más difícil del método **AECP**. Su propósito es ayudar a las personas facilitadoras a conectar su experiencia con una de las habilidades básicas de facilitación para impartir el programa.

**CONECTAR** también ayuda a las personas facilitadoras a identificar posibles soluciones para los retos a los que se enfrentan. Recuerda que es muy importante permitir que las personas facilitadoras identifiquen las soluciones en lugar de simplemente darles las respuestas.

##### 

##### 

##### PRACTICAR

PRACTICAR les permite a las personas facilitadoras poder experimentar las habilidades directamente antes de tener que aplicarlas en su próxima sesión de chat. Las personas facilitadoras que trabajan contigo, y tú, pueden practicar el aplicar la solución sugerida durante la sesión de asesoría.   
  
Practicar es importante porque

* Fomenta la confianza a la hora de poner en práctica habilidades nuevas;
* Permite que cada persona facilitadora practique habilidades nuevas con el apoyo y la orientación de una persona asesora;

## 

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 los 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. Las sesiones son impartidas mediante una combinación de estrategias, historietas, ejercicios y actividades para la casa. 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 una insignia por haber completado el curso como reconocimiento a sus esfuerzos. 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 Niño o Niña 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(solo para personas cuidadoras masculinas) | 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 y los niños; reforzar el vínculo entre madres, padres, personas cuidadoras y sus niñas, niños y adolescentes; comprender el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes; y proporcionar estrategias sin violencia para saber guiar los problemas de conducta. También se ofrece un curso para padres y cuidadores masculinos que se enfoca en ser un padre o cuidador comprometido y solidario.

Nota: Cada padre, madre o persona cuidadora puede tomar estos cursos en el orden que desee y a su propio ritmo. Esto significa que las personas facilitadoras deben de estar conscientes de que las madres, los padres y las personas cuidadoras de su grupo pueden estar interactuando con varios cursos diferentes a la vez.

**Cada Habilidad se presenta utilizando un conjunto similar de actividades:**

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

### 

### 2.2 Sesión Presencial y Sesiones de Chat por WhatsApp:

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

* **Una sesión de integración 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 chat de WhatsApp:** Antes de empezar la sesión de integración, cada persona facilitadora creará un grupo de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras. A lo largo de cuatro semanas, las personas facilitadoras dirigirán sesiones de chat en WhatsApp, utilizando mensajes previamente escritos que podrán encontrar en la app Formando Conciencia+. Estos mensajes se encuentran en el apartado de "Sesiones de Chat" en la App Formando Conciencia+. Estos mensajes abarcan diversos temas con el fin de apoyar a las madres, los padres y las personas cuidadoras para que aprendan a cuidar de su salud y manejar el estrés relacionado con la crianza. Para compartir los mensajes en el grupo de WhatsApp, cada persona facilitadora hará clic en el botón de "compartir" y elegirá la opción de WhatsApp en la aplicación.

Aquí tienes la agenda semanal del programa:

|  | Sesión Presencial | WhatsApp  Sesiones de Chat | Crianza con Conciencia + Chat Automatizado |
| --- | --- | --- | --- |
| Inicio del Programa | Sesión Presencial 1 (integración) | Después de la Sesión de Integración | ✅ |
| Semana 1 |  | Sesión de Chat 1 | ✅ |
| Semana 2 |  | Sesión de Chat 2 | ✅ |
| Semana 3 |  | Sesión de Chat 3 | ✅ |
| Semana 4 |  | Sesión de Chat 4 | ✅ |

### 2.3 Acceder al Chat Automatizado y a la App

#### ¿Cómo acceder al Chat Automatizado de Crianza con Conciencia+?

Abre o desbloquea tu teléfono.

Guarda el número de teléfono del chat automatizado de Crianza con Conciencia + (+6-012-292-7434) como contacto.

SOLO PARA PERSONAS FACILITADORAS Y PERSONAS ASESORAS:

Abre WhatsApp, busca "Crianza con Conciencia +" y comienza un chat al escribir y mandar FACENTRENAR.

Para empezar la siguiente sesión, escribe FACNUEVO.

Si tienes algún problema, puedes reiniciar el chat automatizado con FACREANUDAR.

**❗Estas palabras clave son solo para personas facilitadoras y personas asesoras.** Las madres, los padres y las personas cuidadoras tienen palabras clave distintas que se pueden encontrar en el Manual de Las Personas Facilitadoras.

#### 

#### ¿Cómo acceder a la App Formando Conciencia+?

Formando Conciencia+ es una aplicación virtual que está diseñada para que las personas facilitadoras puedan impartir Crianza con Conciencia + y para simplificar sus esfuerzos al darle apoyo virtual por WhatsApp a los padres, las madres y los cuidadores. Al usar Formando Conciencia+, las personas facilitadoras podrán compartir el contenido semanal y reunir toda la información necesaria de manera eficiente y sin complicaciones. El diseño estructurado e intuitivo de Formando Conciencia+ asegura que todas las funciones esenciales son fáciles de encontrar.

Una de las funciones principales de Formando Conciencia+ App son los mensajes programados que aseguran que la sesión de chat de WhatsApp tenga una estructura. Los grupos de WhatsApp guiados por las personas facilitadoras capacitados están diseñados para fomentar la interacción entre padres, madres y cuidadores en el chatbot de Crianza con Conciencia +. El rol del facilitador es conectar a los padres, las madres y los cuidadores al chatbot y crear un espacio seguro que les incite a compartir experiencias y mensajes significativos entre ellos. Para esto, se requiere que las personas facilitadoras compartan los mensajes programados que se encuentran en la App de Formando Conciencia+.

La App de Formando Conciencia+ también contiene la Guía para Las Personas Facilitadoras la cual le da claridad a cada persona facilitadora sobre cómo debe de impartir la sesión presencial, cómo debe de reportar la asistencia y cómo denunciar alguna situación relacionada con la salvaguarda o protección de las y los participantes.

Haz clic aquí para descargar Formando Conciencia+ en Google Play Store.   
Haz clic aquí para descargar Formando Conciencia+ en el App Store.

### 

### 

### 2.4 El Rol de Las Personas Facilitadoras, Asesoras y Entrenadoras

#### Personas Facilitadoras

* + Impartir la sesión de integración presencial y las sesiones semanales de chat de WhatsApp a las madres, los padres y las personas cuidadoras
  + Recibir entrenamiento presencial como personas facilitadoras por parte de las personas entrenadoras
  + Recibir asesorías a distancia por parte de las personas asesoras

#### Personas Asesoras

* + Participar en el entrenamiento presencial de las personas facilitadoras a cargo de las personas entrenadoras
  + Recibir entrenamiento adicional en asesoramiento por parte de las personas entrenadoras y de manera presencial
  + Dar asesorías a distancia a las personas facilitadoras
  + Recibir apoyo y mentoría a distancia por parte de las personas entrenadoras

#### Personas Entrenadoras

* + Impartir las sesiones presenciales de entrenamiento a personas facilitadoras y a personas asesoras
  + Proporcionar apoyo y mentoría a distancia a las personas asesoras

#### 

#### Programa de Entrenamiento, Asesorías y Mentorías

|  | Sesión Presencial | WhatsApp  Sesiones de Chat | Sesión de Asesoría | Sesión de Mentoría |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Antes del Programa | Entrenamiento de Personas Facilitadoras y Personas Asesoras |  |  |  |
| Inicio del Programa | Sesión 1 Presencial (integración) Cómo Usar Crianza con Conciencia + | Después de la Sesión de Integración | Sesión de Asesoría 1 | Sesión de Mentoría 1 |
| Semana 1 |  | Sesión de Chat 1 | Sesión de Asesoría 2 | Sesión de Mentoría 2 |
| Semana 2 |  | Sesión de Chat 2 | Sesión de Asesoría 3 | Sesión de Mentoría 3 |
| Semana 3 |  | Sesión de Chat 3 | Sesión de Asesoría 4 | Sesión de Mentoría 4 |
| Semana 4 |  | Sesión de Chat 4 |  |  |

## 

## 3 | Asesorías para las Personas Facilitadoras

### 3.1 Resumen General de las Asesorías

El objetivo de la sesión de asesoría es que apoyes a la persona facilitadora en lo siguiente:

* Preparar la Sesión de Chat de WhatsApp
* Comentar sobre los retos a los que se enfrenta
* Guiar al grupo para encontrar soluciones como equipo
* Poner en práctica las soluciones en grupo

Debes prepararte para dirigir las sesiones de asesoría en línea usando una plataforma para videoconferencias. Tu sesión de asesoría se basará en un enfoque de aprendizaje social colaborativo para facilitar el aprendizaje en grupo. Dirigirás 4 sesiones de asesoría con 9 personas facilitadoras, cada una de 1 hora:

|  | Sesión Presencial | WhatsApp  Sesiones de Chat | Sesión de Asesoría |
| --- | --- | --- | --- |
| Antes del Programa | Entrenamiento de Personas Facilitadoras |  | Entrenamiento de Personas Asesoras |
| Inicio del Programa | Sesión 1 Presencial (integración) Cómo Usar Crianza con Conciencia + | Después del día de Integración | Sesión de Asesoría 1 |
| Semana 1 |  | Sesión de Chat 1 | Sesión de Asesoría 2 |
| Semana 3 |  | Sesión de Chat 2 | Sesión de Asesoría 3 |
| Semana 3 |  | Sesión de Chat 3 | Sesión de Asesoría 4 |
| Semana 4 |  | Sesión de Chat 4 |  |

### 3.2 Antes de la Sesión de Asesoría

#### Antes de la primera sesión de asesoría

* Asegúrate de haber creado un grupo de WhatsApp, al inicio del programa, con todas las personas facilitadoras. Este grupo será esencial para la comunicación y la coordinación. También, sirve para que las personas facilitadoras platiquen entre sí sobre los preparativos y los retos que podrían estar experimentando.
* Programa una hora concreta para tu sesión semanal de asesoría con la persona facilitadora.
* Ten el enlace de Zoom listo para la sesión de asesoría y compártelo con las personas facilitadoras en el grupo de WhatsApp. Esto permitirá que todas y todos se unan a la sesión a tiempo y sin problemas.

#### Antes de cualquier sesión de asesoría

* Anima a cada persona facilitadora a:
  + Revisar su sesión de chat de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras.
  + Seleccionar un reto o una dificultad que se haya presentado en su sesión de chat y que quieran comentar contigo para recibir apoyo durante la asesoría. Un reto es una cuestión o dificultad específica a la que se enfrentó la persona facilitadora durante su sesión de chat.
  + Pensar qué habilidades de asesoramiento le gustaría mejorar. Por ejemplo, la persona facilitadora podría querer crear un mayor sentido de comunidad entre las madres, los padres y las personas cuidadoras o mejorar sus habilidades de facilitación.
* Recuérdale a las personas facilitadoras que deben disponer de un ambiente tranquilo y libre de distracciones para la sesión de asesoría, a fin de maximizar la concentración, el compromiso y la participación.
* Revisa los mensajes del chat de WhatsApp de la semana anterior y de la que sigue.

### 3.3 Durante la Sesión de Asesoría

#### 3.1. Agenda para la Sesión de Asesoría

Cada sesión de asesoría sigue el mismo orden del día:

| Inicio de la sesión de asesoría | |
| --- | --- |
| 1 | [Bienvenida a las personas facilitadoras](#_i854bvam067e) |
| 2 | [Haz una pausa](#_xlxj3ycjswzj) |
| 3 | [Concientización emocional](#_uy9g46up1nwb) |
| 4 | [Establecer o Recordarle al grupo las reglas básicas para la sesión](#_1afl46bvy18v) |
| 5 | [Abrir un espacio para que cada persona facilitadora comparta brevemente algo positivo](#_ae59ybp6hsv5) |

| Retroalimentación con cada persona facilitadora | |
| --- | --- |
| 6 | [Deja que la persona facilitadora exponga su reto](#_fvxirxwm8hd7) |
| 7 | [Aclara el objetivo de la persona facilitadora al presentar el reto](#_olqmxbdp8kdc) |
| 8 | [Explora el reto y la sesión de chat con todas las personas facilitadoras](#_lax5ux38bdhj) |
| 9 | [Discutan soluciones alternativas para sobrellevar el reto](#_sddk71pdhzia) |
| 10 | [Ayuda a la persona facilitadora a elegir una solución o una forma alternativa de manejar la situación](#_xugnzdicnpan) |
| 11 | [Practica la solución o forma alternativa de manejar la situación](#_2njwbmndehao) |
| 12 | [Platica con la persona facilitadora sobre su experiencia al practicar la solución propuesta](#_4nxpnnjefhll) |
| 13 | [Pregúntale a las personas facilitadoras qué aprendieron en la asesoría](#_n71tg5p0o1av) |
| 14 | [Reconoce y halaga a la persona facilitadora y anímale a probar la solución en su siguiente sesión](#_hl2knueh5bg9) |
| 15 | [Repite lo mismo con las demás personas facilitadoras del grupo](#_bjsy25rplt1j) |

| Actividades Adicionales | |
| --- | --- |
| 16 | [Discute cualquier necesidad de apoyo adicional, recomendaciones extras o remisiones](#_llqyf1inv2tm) |
| 17 | [Comenta y practica las actividades potencialmente retadoras de las próximas sesiones de chat](#_j9doipw2qmi7) |

| Fin de la Sesión de Asesoría | |
| --- | --- |
| 18 | [Pídeles a las personas facilitadoras que revisen los principios clave de aprendizaje de la sesión y pregúntales si planean utilizarlos y cómo los pondrán en práctica](#_7fswwqofc9g2) |
| 19 | [Termina la sesión a tiempo y con la actividad del círculo de halagos](#_fboyfipxuhgi) |

#### 

#### 3.2. Impartir la Sesión de Asesoría

##### Inicio de la sesión de asesoría

###### Bienvenida a las personas facilitadoras

Cuando las personas facilitadoras lleguen a la sesión, dales una bienvenida cálida y entusiasta. Reconoce y halaga su esfuerzo por venir a la sesión de asesoría.

###### Haz una Pausa

El ejercicio de Hacer una Pausa es el mismo ejercicio que las personas facilitadoras hacen con las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la sesión de integración. Además, la estrategia es parte del programa de CC+.

Puedes leer el siguiente guion para guiar a las personas facilitadoras en un breve ejercicio de relajación. Esta actividad ayuda a reducir el estrés al conectar a los participantes con el aquí y el ahora a través de su respiración.

Paso 1: Preparación

* Siéntate y encuentra una posición cómoda, con los pies apoyados en el piso y las manos sobre tu regazo. [Pause]
* Si sientes la suficiente comodidad, cierra los ojos. [Pause]

Paso 2: Concientizarse

* Pregúntate: "¿Cuál es mi experiencia en este momento?" [Pause]
* Identifica qué pensamientos estás experimentando. Fíjate si son negativos o positivos. [Pause]
* Identifica cómo te sientes emocionalmente. Fíjate si tus sentimientos son agradables o desagradables. [Pause]
* Nota cómo se siente tu cuerpo. Identifica cualquier molestia o tensión. [Pause]

Paso 3: Captar la atención

* Concéntrate en tu respiración. [Pause]
* Puedes colocar una mano sobre tu estómago y sentir cómo sube y baja con cada respiración. [Pause]
* Ve siguiendo tu respiración, observa cómo se detiene cuando terminas de inhalar y como sale cuando exhalas. [Pause]
* Si notas que estás empezando a pensar en algo más, es completamente natural. [Pause]
* Si notas que estás sintiendo estrés, puedes darte apoyo y buscar tranquilizarte al decirte "No pasa nada. Sea lo que sea, estoy bien". [Pause]
* Ahora, enfoca tu atención en tu respiración y en cómo se siente. [Pause]
* Concéntrate en tu respiración por un momento. [Pause]

Paso 4: Expandir la Conciencia

* Permite que tu atención se extienda a todo el cuerpo. [Pause]
* Permite que tu atención se extienda a los sonidos del cuarto en el que estás. [Pause]

Paso 5: Reflexionar

* Tómate un momento para reflexionar en cómo te sentías antes de Hacer una Pausa y en cómo te sientes ahora.
* Cuando sientas que ya has terminado, abre los ojos. [Pause]

###### Concientización emocional

La actividad de concientización emocional es similar a la que hacen las personas facilitadoras con sus madres, padres y personas cuidadoras durante las sesiones de chat de WhatsApp. Es una forma valiosa de empezar la sesión, garantizando que todas y todos sientan reconocimiento y conexión. Sigue estos pasos para llevar a cabo un ejercicio de concientización emocional eficaz al principio de la sesión:

* Empieza explicando el objetivo de la concientización emocional. Recuérdale a las personas facilitadoras que este es un espacio seguro en donde pueden expresar sus sentimientos y que la concientización emocional es opcional. Explícales que no deben de sentir presión por participar y que no tienen que compartir cosas que les hagan sentir incomodidad.
* Explica el formato del ejercicio de concientización emocional. Cada participante tendrá la oportunidad de compartir una breve declaración sobre cómo se siente emocionalmente en ese momento. Anímales a usar pocas palabras o una sola frase para describir su estado emocional.
* Siendo la persona asesora, tu debes de empezar por compartir tu propio estado emocional. Esto ayuda a modelar la vulnerabilidad y a establecer el tono de la actividad. Procura que lo que compartas sea conciso y auténtico.
* Comienza la concientización emocional invitando a la persona de tu izquierda (o de cualquier orden sistemático) a compartir su estado emocional. Recuérdale a los participantes que pueden elegir "pasar" si no quieren compartir cómo se sienten con el grupo en este momento.
* Sigue avanzando por el círculo hasta que todas y todos los participantes que deseen compartir lo hayan hecho. Si alguien pasa, simplemente continúa con la siguiente persona.

Una vez que todas las personas facilitadoras que deseen compartir lo hayan hecho, agradéceles por su franqueza.

###### Establece las reglas básicas durante la primera sesión de asesorías

Establecer reglas básicas que ayuden a hacer del programa un lugar seguro en donde puedan aprender juntos. Es importante que el grupo establezca reglas básicas para garantizar que su tiempo juntos y sus experiencias compartidas sean productivas. Estas reglas deben elaborarse en grupo y pertenecer al grupo.

Las reglas básicas también son útiles para ayudarte a dirigir estas sesiones como facilitador. Pueden ser útiles al recordarle a los participantes que **ellos** crearon las reglas para las sesiones.

Para que la sesión de chat sea un espacio seguro y cómodo para todas y todos, pídele a los participantes que piensen en las cosas que consideran importantes para poder mantener el respeto, la seguridad, la comodidad y la solidaridad en el grupo.

Al hablar de las Reglas Básicas, puedes usar el siguiente formato:

* Abre un documento de Word o cualquier documento para tomar notas y escribe en la parte superior: Reglas Básicas.
* Asegúrate de que compartes pantalla con las y los participantes.
* Pídele a los participantes que compartan sus sugerencias.
* Escribe las reglas y los comentarios en el rotafolio para conservarlos como referencia.
* **Asegúrate de que las Reglas Básicas describen comportamientos positivos.** Puedes propiciar que se establezcan reglas para situaciones específicas como el uso de celulares y el respeto, entre otras cosas.
* Puedes repetir lo que oyes y explorar las reglas para asegurarte de que todos los miembros del grupo están de acuerdo y entienden.
* Por ejemplo, si alguien menciona "Respeto", pregúntale qué significa para él o ella. ¿Qué tipo de comportamiento demuestra "Respeto"?
* Asegúrate de que todo el mundo está de acuerdo y tiene la oportunidad de contribuir antes de pasar a otra sugerencia.

Algunas reglas básicas útiles pueden incluir:

* Respeta la privacidad de las fotos y videos personales que se envíen al chat grupal.
* Cada persona es diferente y tendrá distintas experiencias que compartir.
* Respétense mutuamente prestando atención y tomando turnos para compartir y escuchar.
* Lo que decimos en el grupo se queda en el grupo, tanto en persona como en línea.
* Comparte solo aquello con lo que te sientas cómodo.
* El debate o la discusión en el grupo de WhatsApp se centrará únicamente en criar a un niño o niña, adolescente.
* ¡Siéntente libre de hacer cualquier pregunta!

Recuérdale a las personas facilitadoras que el grupo tiene reglas básicas para que se mantenga un ambiente positivo y para que todas y todos se sientan agusto participando en las sesiones.

Después de que el grupo establezca las reglas básicas durante la primera sesión de integración, vuélveles a recordar las reglas básicas al grupo al inicio de cada sesión de asesoría.

| Nota  Toma una captura de pantalla o guarda el documento de las Reglas Básicas para que puedas compartirlas en el grupo de WhatsApp. |
| --- |

###### Abre un espacio para que cada persona facilitadora comparta algo positivo

Algunas preguntas que puedes hacerle a las personas facilitadoras:

* ¿Tienes es una historia de éxito que hayas visto en tu sesión de chat de esta semana?
* ¿Cuál fue tu parte favorita de la sesión de chat de esta semana?
* ¿Hay alguna conversación o actividad en particular que haya sido especialmente impactante esta semana?

##### Retroalimentación con cada persona facilitadora

El objetivo de la sesión de asesoría no es repasar cada uno de los retos que se le presenten a las personas facilitadoras, el objetivo de la sesión es comentar detalladamente solo 3 o 4 de esos retos. Como persona asesora, puedes ir rotando los retos de cada persona facilitadora durante la sesión para que todas y todos tengan su turno. Si no se alcanza a discutir el reto de una de las personas facilitadoras del grupo, anímale a que lo comparta en su grupo de WhatsApp con otras personas facilitadoras.

###### Deja que la persona facilitadora exponga su reto

Guía a la persona facilitadora para que comparta su reto formulando las siguientes preguntas:

* ¿Cuál es el reto al que te enfrentaste durante la sesión de chat?
* Describe el contexto para que todas y todos puedan comprender la situación y el escenario en el que se presentó el reto.
* Describe cómo afectó la sesión y a las madres, los padres o las personas cuidadoras implicadas.

Agradecerle al participante por compartir su experiencia. ¡No es fácil compartir nuestros retos!

Observa y comenta cómo se siente o se sentía la persona facilitadora cuando pasó por esa situación retadora. Es importante afirmar las emociones de la persona facilitadora.

###### Aclara el objetivo de la persona facilitadora al presentar el reto

Ayuda a la persona facilitadora a aclarar qué es lo que quiere aprender al exponer esta situación en la sesión de asesoría. Puedes hacerle las siguientes preguntas:

* ¿Qué esperas aprender de esta situación?
* ¿Qué apoyo o aportación específica buscas de las demás personas facilitadoras del grupo y de la persona asesora?

###### 

###### Explora el reto con todas las personas facilitadoras

Haz preguntas abiertas de quién, qué, dónde, cuándo, cómo y por qué para ayudarte a entender exactamente qué pasó. Esto también les ayudará a desarrollar sus propias habilidades de observación.

Si una persona facilitadora tiene capturas de pantalla del chat, puede compartirlas con el grupo. Una breve recapitulación de la última sesión de chat también podría beneficiar al grupo.

Asegúrate de que entiendes el reto al que se enfrenta la persona facilitadora. Explora la perspectiva de la persona facilitadora, de la madre, del padre, de la persona cuidadora y del niño o la niña.

###### Discutan soluciones alternativas para sobrellevar el reto

Pídele a las demás personas facilitadoras posibles soluciones al reto. Tú ya debes de tener una o dos soluciones en mente para guiar al grupo a identificarlas. Puedes escribir estas soluciones en el pizarrón virtual o en el chat del grupo. *¡Solo anota las soluciones que sí puedan funcionar!*

###### Ayuda a la persona facilitadora a elegir una solución o una forma alternativa de manejar la situación

Pídele a la persona facilitadora que elija una de las soluciones o una combinación de ellas.

###### Practica la solución o forma alternativa de manejar la situación

Practiquen la solución. Usa el chat durante la reunión para ayudar a la persona facilitadora a dirigir la sesión de chat de WhatsApp. Pídele a otra persona facilitadora que asuma el rol de la madre, el padre o la persona cuidadora en la sesión. Las demás personas facilitadoras del grupo también pueden fingir que son madres, padres o personas cuidadoras durante la sesión.

###### Platica con la persona facilitadora sobre su experiencia al practicar la solución propuesta

Algunas preguntas que puedes hacerle a la persona facilitadora:

* ¿Cómo te sentiste al practicar esta solución durante la sesión?
* ¿Qué fue lo que salió bien al probar la solución?
* ¿Hubo alguna parte de la solución que no funcionara como lo esperabas?
* ¿Qué harías diferente la próxima vez?

###### Pregúntale a las personas facilitadoras qué aprendieron en la asesoría

Algunas preguntas que puedes hacerle a la persona facilitadora:

* ¿Qué aprendiste al observar la sesión de asesoría?
* ¿Cómo puedes aplicar lo que aprendiste hoy en tus propias sesiones?
* ¿Notaste alguna estrategia que fuera particularmente efectiva?
* ¿Tienes alguna pregunta sobre el enfoque que se usó?

###### Reconoce y halaga a la persona facilitadora y anímale a probar la solución en su siguiente sesión

###### Repite lo mismo con las demás personas facilitadoras del grupo

##### Actividades Adicionales

###### Discute cualquier necesidad de apoyo adicional, recomendaciones extras o remisiones

Algunas preguntas que puedes hacerle a las personas facilitadoras:

* Basándote en los retos a los que te has enfrentado, ¿crees que alguna de las madres, padres o personas cuidadoras necesiten apoyo adicional?
* ¿Hay alguna situación en específico que se abordaría mejor al remitirla con alguien más?
* ¿De qué recursos o contactos disponemos para hacer alguna remisión?

###### Comenta y practica las actividades potencialmente retadoras de las próximas sesiones de chat

Aquí hay algunas preguntas para discutir actividades potencialmente difíciles:

* ¿Qué actividades previstas para la próxima sesión de chat podrían suponer un reto?
* ¿Por qué crees que estas actividades podrían ser un reto para ti o para las y los participantes?
* ¿Qué aspectos concretos de estas actividades te preocupan más?
* ¿Te has enfrentado a retos similares en el pasado? En caso de que ya te hayas enfrentado a algo así, ¿cómo lo manejaste?

Practica las actividades potencialmente retadoras:

* Asegúrate de que les permites a las personas facilitadoras practicar/ensayar las actividades retadoras o desafiantes.
* Pídeles que se centren en las partes que consideren más complicadas.
* Ayúdales a identificar estrategias para manejar estas situaciones.
* Da tiempo para comentar con las personas facilitadoras después de practicar.
* ¡Acuérdate de halagarles por haberse esforzado tanto para preparar sus sesiones de chat!

Seguimiento y reflexión:

* ¿Qué tanta confianza sientes para llevar a cabo estas actividades en la próxima sesión después de haberlas practicado?
* ¿Qué apoyo o recursos adicionales crees que podrías necesitar?

##### Fin de la Sesión de Asesoría

###### Pídeles a las personas facilitadoras que revisen los principios clave de aprendizaje de la sesión y pregúntales si planean utilizarlos y cómo los pondrán en práctica

Algunas preguntas que puedes hacerle a las personas facilitadoras:

* ¿Cuál es el punto más importante que has aprendido en la sesión de hoy?
* ¿Alguien podría resumir los puntos clave de nuestra discusión del día de hoy?
* ¿Por qué son importantes estos principios para nuestro trabajo como personas facilitadoras?

###### 19. Termina la sesión a tiempo y con un círculo de halagos

Cada persona facilitadora halaga a otra persona facilitadora del grupo o a sí mismo. Los halagos pueden referirse a cualquier cosa, siempre y cuando sean sinceros.   
  
Pídele a las personas facilitadoras que reflexionen sobre cómo se siente el recibir halagos y cómo se siente al darlos.

| Nota  ¿Qué puedes hacer cuando tienes un participante que habla demasiado?  A veces tenemos participantes que quieren compartir sus pensamientos y experiencias con mucha frecuencia y sin interrupciones. Aunque es importante estar disponibles y mantener una mente abierta para todas y todos, las personas facilitadoras también deben de aprender a asegurarse de que todo el grupo tenga la oportunidad de hablar. Aquí tienes algunas estrategias que puedes usar si alguien ocupa demasiado tiempo durante una discusión grupal:   * Agradecerle al participante por compartir sus ideas y experiencias * Explícale que es importante que las demás personas también tengan una oportunidad para participar * Coméntale al participante que todo el grupo aprecia lo mucho que podemos aprender de sus aportaciones * Ofrécele la opción de poder platicar un poco más durante el descanso o después de la sesión * Haz alguna referencia a lo que dijo la o él participante para que sienta que le pusieron atención y que sus comentarios son respetados |
| --- |

### 

### 3.4. Después de la Sesión de Asesoría

Al finalizar tu sesión de asesoría, completa el siguiente formulario:

| REPORTE DE SUPERVISIÓN DE LA SESIÓN NO. DE SESIÓN: | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nombre de la persona asesora | |  | | |
| Fecha de supervisión | |  | | Tiempo de preparación: |
| Ubicación de la reunión de supervisión | |  | | Hora de inicio: |
| SECCIÓN 1: ACTUALIZACIÓN DE LA SUPERVISIÓN | | | | |
| ASISTENCIA A SESIONES DE ASESORÍA | | | | |
| ID | Nombre de la Persona Facilitadora | | Asistió (sí/no) | |
|  |  | |  | |
|  |  | |  | |
|  |  | |  | |
|  |  | |  | |
| Si alguna persona facilitadora no asistió, favor de indicar el nombre y el motivo: | | | | |
| REFLEXIONES SOBRE LA ASESORÍA | | | | |
| ¿Cuál fue el reto y el objetivo específico de cada persona facilitadora? ¿Cuáles fueron los elementos fundamentales o los principios que exploraste durante la sesión? ¿Cuál fue el resultado de la sesión de supervisión? | | | | |
| Persona Facilitadora 1: | | | | |
| Persona Facilitadora 2: | | | | |
| Persona Facilitadora 3: | | | | |
| Persona Facilitadora 4: | | | | |
| PARA TU SESIÓN DE MENTORÍA | | | | |
| ¿Hay algún reto que te haya planteado una persona facilitadora con el que necesites apoyo? | | | | |
| ¿Cuál era la situación? | | | | |
| ¿Cuál era el reto? | | | | |
| ¿Cómo respondiste? | | | | |
| ¿En qué necesitas ayuda? | | | | |

Este formulario de reflexión se compartirá con tus mentores. Al igual que las personas facilitadoras reciben apoyo de las personas entrenadoras, tú recibirás apoyo de las personas entrenadoras en tus sesiones de mentoría semanales.   
  
Las personas entrenadoras que trabajarán contigo, se comunicarán a través de un grupo de WhatsApp en el que están todas las demás personas asesoras y personas entrenadoras.