## Descripción General del Taller de Entrenamiento Presencial para Personas Facilitadoras

### Resumen General del Taller

| Objetivos del Taller | * las personas participantes podrán articular el propósito de Crianza con Conciencia + * las personas participantes estarán familiarizados con la tecnología del chatbot de Crianza con Conciencia + * Cada participante podrá dirigir la Sesión de Integración presencial de Crianza con Conciencia+ * Cada participante podrá usar la aplicación Formando Conciencia + para: compartir mensajes; conectar los números de identificación de las madres, los padres y las personas cuidadoras; e informar sobre la asistencia * Cada participante podrá dirigir las Sesiones de Reflexión con las madres, los padres y las personas cuidadoras * Cada persona participante podrá bridarle apoyo a las madres, los padres y las personas cuidadoras con las dificultades a las que se enfrenten al hacer los ejercicios en casa * Cada persona participante podrá responder ante los posibles desafíos o retos que puedan surgir durante el desarrollo del programa * Cada persona participante sabrá cómo responder a los problemas relacionados con la protección de niñas, niños y adolescentes, además de otras situaciones de remisión | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Materiales | * Tripié o pizarrón, rotafolios o cartulinas, plumones * Proyector y pantalla * Laptop o computadora de escritorio * Celular con WhatsApp y la aplicación Formando Conciencia + * Registro de asistencia * Código QR para unirte al Grupo de Reflexión en WhatsApp * Cuadernos y plumas (1 por participante) * Gafetes o etiquetas con los nombres * Cinta adhesiva para pegar papeles en la pared * Reconocimientos de Participación (1 por participante) * Refrigerio (en caso de requerirse) | | | | |

| Programa para la Sesión del Día 1 | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Módulo 1: Introducción al Programa | | * Bienvenida e Introducciones * Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores y de Crianza con Conciencia + | | 40 min | |
|
| Módulo 3: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración | | * Introducción a la sesión de integración * Demostración En Vivo: Curso de Cómo Usar el chat automatizado Crianza con Conciencia+ en WhatsApp | | 1 hora 20 min | |
|
| Descanso (15 min) | | | | | |
| Módulo 3: Aplicación Formando Conciencia + | | * Configurar la App Formando Conciencia + * Configurar el Grupo de WhatsApp * Establecer las expectativas para el rol de la persona facilitadora * Agregar a madres, padres y personas cuidadores a la aplicación Formando Conciencia + * Aprender cómo informar sobre la asistencia a las sesiones * Introducción a la Sesión de Chat de WhatsApp | | 45 min | |
|
| Módulo 4: A-E-C-P | | * Aceptar * Explorar * Conectar * Practicar | | 45 min | |
|
| Cierre | | * Discutir la Actividad para Casa * Compartir Una Cosa que Aprendiste Hoy * Círculo de Agradecimiento * Haz una Pausa | | 10 min | |
|
|

| Programa para la Sesión del Día 2 | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Actividades para el Empezar el Día 2 | | * Te damos la bienvenida * Concientización Emocional * Reflexión y Comentarios sobre el Día 1 | | 25 min | |
|
| Módulo 5: Práctica de la Sesión de Reflexión | | * Estructura de la Sesión de Reflexión * Compartir conceptos clave * Práctica en grupos pequeños * Práctica: Traspaso del grupo a personas moderadoras | | 1 hora 45 min | |
| Descanso (15 min) | | | | | |
| Módulo 6: Salvaguarda y Protección | | * ¿Qué significa salvaguardar? * Comprender el abuso, la negligencia y la explotación * Salvaguardar en el chatbot de Crianza con Conciencia + * Salvaguardar en las sesiones presenciales y en línea * El Rol del Facilitador en la salvaguarda y protección | | 10 min | |
| Módulo 7: Posibles Desafíos durante el Programa y Cómo Manejarlos | | * Lista de Posibles Desafíos o Retos * Explorar y Practicar Soluciones * Discutir sobre la Solución de Problemas en Grupo * Remisiones * Asesorías para las Personas Facilitadoras | | 1 hora | |
| Cierre | | * Preguntas * Ejercicio de Amabilidad y Cariño * Círculo de Agradecimiento * Siguientes Pasos | | 25 min | |
|
|

### Preparación Requerida

* Leer la Guía para el Facilitador de Crianza con Conciencia + en la App de Formando Conciencia +.
* Repasar las diapositivas de PowerPoint.
* Asegurarse que el chat automatizado de Crianza con Conciencia+ en WhatsApp y que la aplicación Formando Conciencia + estén cargados y listos para usarse en tu teléfono y/o en tu computadora.
* Preparar e imprimir la hoja de asistencia.
* Preparar e imprimir el Código QR para que las personas facilitadoras se unan al Grupo de Reflexión.
* Confirmar los preparativos para la comida y el refrigerio, en caso de ser necesario.
* Llegar, por lo menos, 30 minutos antes para asegurarte de que el espacio está bien acomodado y listo para darles la bienvenida a las personas facilitadoras y modelarles cómo deben de darle la bienvenida a sus madres, padres y personas cuidadoras en sus propias sesiones.
* Preparar el espacio para la sesión acomodando las sillas en semicírculo. En el centro, al borde del semicírculo, coloca una silla para la persona entrenadora principal y otra silla para la pareja de entrenamiento junto al tripié o pizarrón con los rotafolios.
* Asegurar que cualquier tecnología necesaria para la sesión esté preparada: teléfonos cargados y conexión a internet segura. Ten un plan o un respaldo para cualquier falla eletrónica o tecnológica.
* Asegúrate de que tu compañero y tú hayan llevado a cabo una sesión de prueba del taller.
* **Usar un Pizarrón para Recordatorios:** Es probable que las personas que van a participar en el programa te hagan preguntas importantes o saquen temas nuevos que necesiten tiempo para discutirse. Si el ejercicio que están haciendo no corresponde al tema planteado o si no hay suficiente tiempo para debatir el asunto en ese momento, escribe la pregunta o el tema en un rotafolio llamado "Recordatorios" para guardarlo para más adelante.

## 

## Día 1: Taller para Facilitadores

### Resumen General de la Sesión

#### Objetivos de la Sesión

* Cada persona participante podrá articular el propósito del Programa de Crianza con Conciencia+.
* Cada persona participante conocerá y usará la tecnología del chat automatizado de Crianza con Conciencia+.
* Cada persona participante podrá dirigir la Sesión de Integración presencial del Programa de Crianza con Conciencia+.
* Cada persona participante podrá usar la aplicación Formando Conciencia + para: compartir mensajes; conectar los números de identificación de las madres, los padres y las personas cuidadoras; e informar sobre la asistencia.
* Cada persona participante podrá usar A-E-C-P mientras dirige las Sesiones de Reflexión.

#### Materiales Requeridos

* Tripié o pizarrón, rotafolios o cartulinas, plumones
* Proyector y pantalla
* Laptop o computadora de escritorio
* Celular con WhatsApp y la app de Formando Conciencia +
* Registro de asistencia
* Código QR para unirte al Grupo de Reflexión
* Hojas en blanco y plumas (1 por participante)
* Gafetes o etiquetas con los nombres
* Cinta adhesiva para pegar papeles en la pared
* Refrigerio (en caso de requerirse)

| Programa para la Sesión del Día 1 | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Módulo 1: Introducción al Programa | | * Bienvenida e Introducciones * Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores y de Crianza con Conciencia + | | 40 min | |
|
| Módulo 3: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración | | * Introducción a la sesión de integración * Demostración En Vivo: cómo usar el chat automatizado de Crianza con Conciencia+ en WhatsApp | | 1 hora 20 min | |
|
| Descanso (15 min) | | | | | |
| Módulo 3: Aplicación Formando Conciencia + | | * Configurar la App Formando Conciencia + * Configurar el Grupo de WhatsApp * Establecer las expectativas para el rol de la persona facilitadora * Agregar a madres, padres y personas cuidadores a Formando Conciencia + * Aprender cómo informar sobre la asistencia a las sesiones * Introducción a la Sesión de Chat de WhatsApp | | 45 min | |
|
| Módulo 4: A-E-C-P | | * Aceptar * Explorar * Conectar * Practicar | | 45 min | |
|
| Cierre | | * Discutir la Actividad para Casa * Compartir Una Cosa que Aprendiste Hoy * Círculo de Agradecimiento * Haz una Pausa | | 10 min | |
|
|

### Módulo 1: Introducción a Crianza con Conciencia+ (40 min)

#### Bienvenida y Presentaciones (25 min)

##### Bienvenida Grupal (5 min)

###### Resumen

Da una bienvenida cálida y alegre a cada participante que va llegando a la sesión. Reconoce su esfuerzo al apartar un tiempo de su día para venir al taller. Seguramente muchos de ellos tendrán otras responsabilidades o cosas de trabajo que hacer. ¡Apartar dos días para un taller intensivo no es una hazaña fácil!

Cada persona participante debe de recibir un gafete o una etiqueta con su nombre. Anímales a escribir su nombre lo suficientemente grande para que todas las personas que participen en el taller puedan leerlo.

###### Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p6))

Empieza por invitar a cada persona facilitadora a presentarse ante el grupo.

Pídele a cada persona facilitadora que comparta lo siguiente:

* Su nombre, la organización a la que pertenecen y la posición que ocupan dentro de su organización.
* El número de niñas, niños o adolescentes que tienen a su cargo, si es que tienen.
* Una actividad que les guste hacer con sus niñas, niños u otros miembros de la familia.

Anima a cada persona del grupo a participar y asegúrate de que todas y todos tengan la oportunidad de hablar.

Puede ser útil que les menciones que tendrán muchas oportunidades para compartir sus historias y opiniones. ¡Tu compañero y tú también deben de compartir un poco sobre ustedes!

##### 

##### Conociéndonos (5 min)

###### Resumen

Esta actividad ayudará a las personas facilitadoras a apreciar la diversidad de la sala y a descubrir las cosas que tienen en común y las conexiones entre las personas participantes. Esta actividad es similar a la que las personas facilitadoras llevarán a cabo con las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la Sesión de Integración presencial.

Instrucciones [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1rno2ReWU3s16SOG4nCkzjS287vZoK81c_btTElRgOks/edit#slide=id.g2bb847491d1_0_1192)

* Coméntales a las personas facilitadoras que este ejercicio se hará en silencio. La persona entrenadora leerá algunas de las afirmaciones (una a la vez).
* Al final de cada afirmación, la persona entrenadora hará una pausa.
* Indícales a las personas facilitadoras que si la afirmación es cierta para alguien, debe de dar un paso hacia el interior del círculo.
* Tómense un momento para que cada participante observe quién está dentro círculo, compartiendo la misma experiencia, y quién no.
* Después, deben regresar al borde del círculo para escuchar la siguiente afirmación.
* Cuando se hayan leído todas las preguntas, invita a las personas participantes a añadir, de uno en uno, una afirmación que sea cierta para ellos y que no se haya mencionado ya.

Lee las siguientes afirmaciones en voz alta:

1. Solo tengo una niña o un niño increíble.
2. Algunas mañanas, realmente quiero dormir hasta mediodía.
3. Bailar es mi actividad favorita.
4. Soy padre, madre o cuidador de un adolescente.
5. Siento que ser adulto es difícil, pero me esfuerzo al máximo.
6. Cantar me ayuda a aliviar el estrés.
7. Soy padre, madre o cuidador de una niña o un niño.
8. Me gusta dibujar o pintar.
9. Tengo una mascota.
10. Quiero aprender de los aciertos y de los errores de mi madre o padre.
11. Grito cuando veo una película de miedo.
12. Me encanta cocinar.
13. Trabajo con familias de niñas y niños de entre 2 y 11 años.
14. Trabajo con familias de adolescentes.
15. Trabajar con familias es uno de los trabajos más difíciles, pero también de los más satisfactorios.

Después de leer las afirmaciones, anima a las personas facilitadoras a reflexionar sobre las conexiones que comparten con las demás personas en la sala. Compárteles a las personas facilitadoras que nuestras experiencias pueden variar, pero que la diversidad del grupo es lo que hace que nuestra comunidad de apoyo para la crianza sea enriquecedora y que esté llena de entusiasmo. A pesar de tener diferentes orígenes y trayectorias, podemos aprender lecciones valiosas unos de otros.

##### Estableciendo Reglas Básicas (10 min)

###### Resumen

Esta actividad establece las reglas generales que modelan cómo impartir el programa a las madres, los padres y las personas cuidadoras. Utiliza el mismo formato que se usa en el programa. Durante este entrenamiento, establecerás las reglas generales para la Sesión de Integración presencial. Sin embargo, durante la Sesión de Integración, dirigida por las personas facilitadoras, cada persona facilitadora creará las reglas generales para sus Grupos de Reflexión en WhatsApp.

###### Instrucciones (Diapositiva)

* Coloca la cartulina o el rotafolio y escribe en la parte superior: Reglas Generales.
* Pídele a cada persona participante que piense en las cosas que considera que son importantes para poder sentir comodidad, respeto, seguridad y apoyo en el grupo.
* Invita a cada participante a mencionar una regla básica.
* Una de las personas facilitadoras debe de dirigir la discusión mientras su pareja de entrenamiento escribe las reglas en el rotafolio. **Asegúrate de que las Reglas Básicas describen comportamientos positivos.**
* Puedes propiciar que se establezcan reglas para temas específicos como el uso de celulares y el respeto. Puedes repetir lo que dicen y explorar las reglas para asegurarte de que cada persona participante está de acuerdo y entienda la regla.
  + Por ejemplo, si alguien menciona "Respeto", pregúntale qué significado le dan. ¿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 generales útiles pueden ser:

Puedes agregarlas después de que las personas facilitadoras hayan compartido sus reglas (en ese momento o más adelante en la sesión, cuando ya conozcan mejor cómo está compuesto el programa).

* Por favor, procuren llegar a tiempo.
* Los celulares estarán en modo silencio durante la sesión.
* ¡Acepta la diversidad de opiniones!
* Cada persona es diferente y tendrá distintas experiencias que compartir sobre el programa.
* Cada participante tendrá la oportunidad de hablar y practicar lo aprendido.
* El respeto es primordial y se puede demostrar al tomar la palabra por turnos, escuchar y prestar atención.
* Lo que se dice en el grupo, se queda en el grupo.
* Solo comparte lo que te sientas a gusto compartiendo con las demás personas del grupo.
* Acepta y respeta que las personas pueden tener reglas diferentes a las tuyas.
* Por favor, acércate con las personas entrenadoras si tienes cualquier duda.

##### Discusión sobre las Reglas Generales (5 min)

Tras dirigir la actividad sobre el establecimiento de las reglas generales, pregúntales a las personas facilitadoras lo siguiente:

* ¿Tienes alguna pregunta sobre la actividad?
* ¿Cómo te sentiste al hacer esta actividad para establecer las reglas generales?
* ¿Qué habilidades de facilitación observaste mientras yo dirigía esta actividad?
* ¿Qué aspecto de esta actividad te preocupa como persona facilitadora para cuando te toque dirigir el ejercicio?

#### 

#### 

#### Descripción General del Taller de Entrenamiento para Personas Facilitadoras y del Programa de Crianza con Conciencia+ (15 min)

##### Compartir su experiencia colectiva y sus desafíos o retos (5 min)

###### Resumen

Esta sección está diseñada para ayudar a las personas facilitadoras a establecer conexiones significativas entre sus experiencias personales y los objetivos generales del programa. Al compartir sus retos y reflexiones, las personas facilitadoras pueden alinear su camino con los objetivos generales de esta iniciativa para apoyar a la comunidad.

###### Instrucción [(Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p9))

* Pídele a la persona facilitadora que reflexione sobre su interacción y participación con las madres, los padres y las personas cuidadoras de su comunidad de apoyo.
* Pídeles que se tomen un momento para pensar en su experiencia personal al interactuar con las madres, los padres y las personas cuidadoras de su comunidad. ¿Cómo es que han resonado esas interacciones con lo que han vivido a nivel personal?
* Pídele a las personas facilitadoras que hagan equipos de dos y que compartan algún momento que les haya dejado un impacto duradero (dale a cada equipo unos 30 segundos para compartir).
* Pídele a un par de participantes que lo compartan con el resto del grupo.
* Pídele a las personas facilitadoras que piensen en algunos de los retos a los que se enfrentaron al interactuar con las madres, los padres y las personas cuidadoras de su comunidad.
* Pídele a las personas facilitadoras que hagan equipos de dos y que compartan sus experiencias (dale a cada equipo unos 30 segundos para compartir).
* Pídele a un par de participantes que lo compartan con el resto del grupo.
* Agradéceles por compartir su experiencia.

##### 

##### Conectando las experiencias de cada persona participante con los objetivos de Crianza con Conciencia+ (10 min)

###### Instrucción ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p9))

Mientras revisan los antecedentes de los objetivos de Crianza con Conciencia+, buscar hacer la conexión con las experiencias y retos de las personas facilitadoras del grupo.

Usa las diapositivas de PowerPoint del Taller para Personas Facilitadoras para mostrar los antecedentes teóricos, la estructura y el contenido del programa de Crianza con Conciencia +.

El PowerPoint cubre los siguientes temas:

* Antecedentes sobre el desarrollo de niñas, niños y adolescentes y la violencia hacia niñas, niños y adolescentes.
* Antecedentes y descripción del Programa de Crianza con Conciencia+.
* Descripción general y el programa del Taller de Entrenamiento para Personas Facilitadoras.

| Nota  Puede que este sea su primer contacto con el programa, así que avanza sin prisas y revisa cada diapositiva con cuidado para asegurarte de que todas las personas del grupo te entiendan. Permite que las personas participantes hagan preguntas después de cada diapositiva y al final de la presentación. |
| --- |

### 

### Módulo 2: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración (1 hora 20 min)

#### Introducción a la sesión de integración (5 min)

###### Resumen

Tu pareja de entrenamiento y tú guiarán una demostración en vivo de la sesión de integración con las personas facilitadoras. Durante esta demostración, tú serás la "persona facilitadora", y las personas facilitadoras actuarán como "madres, padres y personas cuidadoras".

Recuerda seguir la aproximación de A-E-C-P durante la demostración.

###### Instrucción [(Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p47))

Coméntales a las personas facilitadoras que harás una demostración de la sesión de integración presencial en donde tú interpretarás el papel de "persona facilitadora" mientras ellas y ellos interpretan el papel de "madres, padres y personas cuidadoras".

Durante la demostración, pídeles a las madres, los padres y las personas cuidadoras que reflexionen sobre:

* Las habilidades de facilitación utilizadas por el capacitador y su compañero
* ¿Cómo fue su experiencia como madres, padres y personas cuidadoras?
* ¿Cuáles son las áreas que pudieran representar un reto para las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la sesión de integración?

Usa las dispositivas de PowerPoint para compartir:

* Los objetivos de la sesión de integración
* El programa de la sesión de integración

#### 

#### 

#### Demostración En Vivo: Curso de Cómo Usar Crianza con Conciencia+ en WhatsApp (1 hora 15 min)

##### Demostración: Introducción al Uso del Teléfono (5 min)

###### Resumen

La descripción general y las instrucciones para esta actividad se pueden encontrar en el Curso de Cómo Usar Crianza con Conciencia+ en tu Guía para Personas Facilitadoras.

###### Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p49))

Comparte los siguientes puntos con las personas participantes:

* Las personas facilitadoras deben de modelar todas las habilidades básicas para poder usar un celular (aún si ya lo saben hacer).
* Esta actividad le ayudará a las madres, los padres y a las personas cuidadoras a comprender los aspectos básicos del manejo de un celular y a empezar a interactuar con el chat automatizado de Crianza con Conciencia+.

Comparte esta lista de cosas que las personas facilitadoras deben de hacer en la demostración:

* Prender y apagar el celular
* Navegar en el menú de configuración del celular - ajustar el brillo, instalar y desinstalar apps, tomar y compartir capturas de pantalla
* Navegar en el menú de Configuración de WhatsApp - responder mensajes
* Tomar una captura de pantalla y compartirla en un grupo de WhatsApp
* Cargar el celular
* Activar y desactivar los datos móviles
* Gestionar el almacenamiento interno del celular
* Seguridad digital
* Prevenir daños al teléfono

Recuérdale a las personas participantes que deben de ofrecer ayuda considerando las necesidades individuales de cada quién, especialmente de aquellas personas que no estén familiarizadas con un teléfono móvil o celular.

Pregúntale a las personas participantes si tienen alguna duda.

##### Demostración: Integración al Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+ (30 min)

###### Resumen

El resumen general y las instrucciones para esta actividad se encuentran en el apartado del Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+ en la "Guía para las Sesiones de Integración Presenciales" que se encuentra en la Guía para Personas Facilitadoras en la aplicación Formando Conciencia +.

En esta sección se le brinda apoyo a las personas participantes para que puedan tener acceso al chat automatizado de Crianza con Conciencia+ a través de WhatsApp.

| Nota  Una palabra clave es una palabra especial que puedes escribir en el curso que se imparte por WhatsApp para activar el chat automatizado o para pedir alguna acción específica.  Las personas facilitadoras y las madres, los padres y las personas cuidadoras tienen diferentes palabras clave para activar el chat automatizado, por lo que las personas facilitadoras no deben de compartir las palabras claves utilizadas en el entrenamiento con las madres, los padres y las personas cuidadoras. Esto podría dar lugar a confusión y a problemas con los datos.  Las personas facilitadoras encontrarán la palabra clave que deben de usar durante la sesión de integración en la Guía para Personas Facilitadoras. |
| --- |

Demostración (10 min):

Sigue las instrucciones de la "Guía para la Sesión de Integración Presencial" para la "Integración al Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+". Después, modélale a las personas facilitadoras cómo empezar a interactuar con el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+.   
  
Usa la palabra clave para activar el curso desde las diapositivas, no desde el manual.

Preguntas para después de hacer la demostración de la actividad (5 min):

* ¿Cómo se sintieron al experimentar la sesión de integración como madres, padres y personas cuidadoras?
* ¿Qué habilidades de facilitación observaron mientras yo dirigía las actividades?
* ¿Qué aspectos de estos temas les preocupan como personas facilitadoras para cuando les toque dirigir a ustedes?

**Nota**: Solo tienes que hacer un par de estas preguntas. ¡La idea principal es ponerlos a pensar sobre su rol como facilitadores!

###### Prácticas con Grupos Pequeños (15 min):

* Esta será la primera práctica de las personas facilitadoras siendo personas facilitadoras y madres, padres y personas cuidadoras en grupos pequeños. Es importante que tu pareja de entrenamiento y tú modelen cómo ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a practicar las habilidades siguiendo los pasos a continuación:
* Divide al grupo en grupos más pequeños (de 4 a 6 participantes cada uno). Pídele a cada grupo que escojan a una persona facilitadora para que vaya primero.
* La primera persona facilitadora dirigirá al grupo en la "Introducción al Uso del Teléfono".
* Rota a las personas facilitadoras antes de pasar a la "Integración al Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+".
* Asegúrate de que los grupos se DETENGAN antes de pasar a la siguiente actividad.

Cosas que debes de hacer durante la práctica en grupo:

* Describir exactamente qué hará la "persona facilitadora" y "la madre/el padre/la persona cuidadora" durante el ejercicio
* Brindarle apoyo a cada participante durante la práctica en grupo (sombra)
* Comentar y compartir ideas con las "personas facilitadoras" sobre sus experiencias y sentimientos
* Comentar y compartir ideas con "las madres, los padres y las personas cuidadoras" sobre sus experiencias y sentimientos
* Preguntarle al grupo de participantes a qué posibles retos se podrían enfrentar al dirigir esta actividad con las madres, los padres y las personas cuidadoras

Agradece y halaga a cada participante por haber completado su primera actividad práctica.

##### 

##### Demostración (continuación) de la Sesión de Integración (40 min)

Demostración (20 min)

Sigue las instrucciones de la "Guía para la Sesión de Integración Presencial". Usa la estrategia de modelamiento con las personas facilitadoras al:

* Ver la Primera Habilidad de Crianza: El Autocuidado, un breve ejercicio de relajación.
* Recorrer la primera sesión del curso de Crianza con Conciencia+, donde las madres, los padres y las personas cuidadoras conocerán qué se incluye, normalmente, en una sesión del curso.
* Resolver desafíos o dificultades que se puedan presentar con el chat automatizado de Crianza con Conciencia+.

Preguntas para después de hacer la demostración de la actividad (5 min):

* ¿Cómo se sintieron al experimentar la sesión de integración como madres, padres y personas cuidadoras?
* ¿Qué habilidades de facilitación observaron mientras yo dirigía las actividades?
* ¿Qué aspectos de estos temas les preocupan como personas facilitadoras para cuando les toque dirigir a ustedes?

###### Prácticas con Grupos Pequeños (10 min):

* Usa el mismo grupo pequeño de la actividad anterior.
* Pídeles a las personas facilitadoras que exploren lo siguiente en el Curso de WhatsApp:
  + Escribir MENÚ y cambiar su configuración
  + Escribir HELP y explorar los recursos del chat automatizado
  + Escribir PLAY y explorar las actividades lúdicas disponibles en el chat automatizado.
* Asegúrate de que los grupos se DETENGAN antes de pasar a la siguiente actividad.

###### Discusión después de la práctica en grupo (5 min):

* Comentar y compartir ideas con las "personas facilitadoras" sobre sus experiencias y sentimientos
* Preguntarle al grupo de participantes a qué posibles retos se podrían enfrentar al dirigir esta actividad con las madres, los padres y las personas cuidadoras.

**Nota**: Solo tienes que hacer un par de estas preguntas. ¡La idea principal es ponerlos a pensar sobre su rol como facilitadores!

### 

### Descanso (15 min)

### Módulo 3: Formando Conciencia + App (45 min)

###### Resumen

Ya les has demostrado a las personas facilitadoras cómo guiar a madres, padres y personas cuidadoras en la sesión de integración y el uso del chat automatizado.

Formando Conciencia + está diseñada para que las personas facilitadoras puedan impartir Crianza con Conciencia+ y para que les sea más sencillo compartir recursos virtuales con las madres, los padres y las personas cuidadoras. 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 clave de la App son los mensajes programados que aseguran que la sesión de chat de WhatsApp tenga una estructura. Los grupos de WhatsApp guiados por personas facilitadoras capacitadas están diseñados para fomentar la interacción entre las madres, los padres y las personas cuidadoras en el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+. La función de la persona facilitadora es atraer y conectar a las madres, los padres y las personas cuidadoras con el curso de WhatsApp y crear un espacio seguro que les incite a compartir experiencias y mensajes significativos con todo el grupo. Para esto, se requiere que las personas facilitadoras compartan los mensajes programados que se encuentran en la App de Formando Conciencia +.

Formando Conciencia + también contiene la Guía para Personas Facilitadoras, la cual les orienta para saber cómo deben de impartir la sesión presencial, cómo deben de informar sobre la asistencia y cómo denunciar una situación relacionada con la salvaguarda o protección de alguien.

Formando Conciencia + en el Play Store de Google

Formando Conciencia + en el App Store de Apple.

En esta sección, guiarás los pasos de las personas facilitadoras para preparar las sesiones de chat semanales:

* Configurar su App Formando Conciencia +
* Configurar el Grupo de WhatsApp
* Establecer las Reglas Básicas del Grupo de WhatsApp
* Establecer las Expectativas para el Rol de Facilitador
* Conectar Formando Conciencia + y el Número de Identificación del Padre, Madre o Persona Cuidadora
* Informar de la asistencia en la App Formando Conciencia +

#### Configurar la App de Formando Conciencia + (10 min)

**Instrucciones** [**(Diapositiva**](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p58)**)**

* Preséntales la App de Formando Conciencia + a las personas facilitadoras:
  + La App Formando Conciencia + está diseñada para apoyar a las personas facilitadoras durante la impartición del Programa Crianza con Conciencia +.
  + las personas facilitadoras usarán la App Formando Conciencia + para:
    - Agregar a madres, padres y personas cuidadoras a la App de Formando Conciencia +.
    - Acceder a la Guía para Personas Facilitadoras para impartir la sesión presencial.
    - Dirigir una sesión de chat.
    - Tratar cuestiones de salvaguarda o protección.
* Reproduce el video de configuración del perfil del facilitador en la App. Pídele a las personas facilitadoras que vayan siguiendo el video (Diapositiva)
* Pídele a todas las personas participantes que abran la app en sus celulares.
* Guía a las personas participantes en la configuración de su perfil en la App.
* Proporciona una visión general de la interfaz de la App Formando Conciencia +, cubriendo las siguientes secciones clave
  + Los tres botones que se encuentran en la parte inferior de la App para Informar sobre la Asistencia, desconocido y Perfil:



* + Las cinco secciones de la pantalla de inicio
    - Guía de la Persona Facilitadora
    - Sesiones de Chat
    - Preguntas Frecuentes
    - Desafíos Comunes
    - Salvaguardar y Proteger
  + La barra de Menú de la parte superior derecha sirve para dar retroalimentación.
* Comparte una serie de aspectos a considerar al usar Formando Conciencia +.
  + Uso de Dispositivos:
    - Asegúrate de usar Formando Conciencia + en un solo celular durante todo el programa. La información de las madres, padres y personas cuidadoras a tu cargo no se transfiere automáticamente de un dispositivo a otro.

#### 

#### 

#### Configuración del Grupo de WhatsApp (3 min)

###### Instrucción [(Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p75)):

Recuérdale a las personas participantes que deben intentar crear y configurar su Grupo de WhatsApp antes de la sesión de integración.

Por favor, asegúrate de que has hecho lo siguiente antes de que empiece la sesión de integración:

* Guarda, en tu teléfono, los nombres y números de WhatsApp de las madres, los padres y las personas cuidadoras que te asignen (si es posible) para que puedas confirmar fácilmente los detalles durante la sesión de integración.
* Crea tu grupo de WhatsApp (con un nombre de grupo temporal, un ícono y una descripción). El nombre de cada grupo de WhatsApp tiene la misma estructura:
  1. “CC+
  2. Una identificación de la localidad, como el nombre de la comunidad. Por ejemplo CC+ Irapuato".

Cuando agregues el nombre temporal de tu grupo, utilizarás "CC+ Irapuato".

#### 

#### Establecer las Expectativas para el Rol de Facilitador (2 min)

###### Instrucción [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p79)

Después de la sesión de integración, el papel del facilitador es:

* Involucrar a las madres, los padres y las personas cuidadoras en las sesiones semanales de chat de acuerdo con el programa.
* Apoyar a las madres, los padres y las personas cuidadoras en cualquier desafío o reto al que se enfrenten.
* Asegurar de que las madres, los padres y las personas cuidadoras sigan las reglas generales mencionadas anteriormente.
* Reportar cualquier caso de abuso de niñas, niños, adolescentes y adultos
* Elegir a un admin de grupo al final del programa (si es posible).
* Salir del grupo una vez terminado el programa. Sin embargo, las madres, los padres y las personas cuidadoras pueden seguir aprendiendo a través de Crianza con Conciencia+.

#### Agregar a madres, padres y personas cuidadoras a Formando Conciencia + (20 min)

##### Demostración (5 min)

* Las personas facilitadoras pueden encontrar la información sobre cómo agregar a una madre, un padre o una persona cuidadora y a su pareja de crianza en Formando Conciencia +, en el apartado de "Cómo Agregar a Madres, Padres y Personas Cuidadoras e Informar sobre la Asistencia", que se encuentra en la Guía para Personas Facilitadoras.
* Demuestra cómo agregar los perfiles de las madres, los padres y las personas cuidadoras y sus parejas de crianza desde la diapositiva.
* Instrucciones para agregar a un padre, una madre o un cuidador y a su compañero de crianza
  + Cómo Agregar a una Madre, un Padre o una Persona Cuidadora:
    - Selecciona el ícono de perfil en la barra de navegación inferior.
    - Elige "Añadir Padre, Madre y Cuidador"
    - Introduce los datos de los padres, madres y cuidadores en el formulario. Para ingresar el número de identificación de las madres, los padres y las personas cuidadoras pídeles que escriban "ID" en el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+.
    - Recolectarás el número de identificación de las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la sesión de integración con [este registro de asistencia](https://docs.google.com/document/d/1xKsDVExSdgKn1IoO8a_soWWwfio1Zti6/edit).
    - También puedes pedirles que tomen una captura de pantalla o que copien el número de 6 dígitos y te lo envíen.
    - Escribe el número de 6 dígitos en el perfil la madre, el padre o la persona cuidadora.
  + Para agregar a un compañero de crianza:
    - Si dos madres, padres o personas cuidadoras participan en el programa a la misma vez, debes vincular sus cuentas.
    - Una vez que hayas añadido el primer perfil de padre, madre o cuidador, para añadir un segundo padre, madre o cuidador selecciona "Añadir padre, madre o cuidador".
    - Introduce los datos de los padres, madres y cuidadores en el formulario. Para ingresar el número de identificación de las madres, los padres y las personas cuidadoras pídeles que escriban "ID" en el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+. Copia el número de 6 dígitos en el perfil la madre, el padre o cuidador.
    - Selecciona "Añadir Compañero de Crianza"
    - Selecciona al compañero de crianza de entre los perfiles de usuario de padres, madres y cuidadores disponibles.
    - Selecciona "Guardar".
    - Los perfiles de ambos padres, madres o cuidadores se actualizarán para hacer constar al compañero de crianza.
  + Dale a las personas participantes unos minutos para ir siguiendo el video.

##### Prácticas con Grupos Pequeños (10 min)

* Usa el mismo grupo pequeño de la actividad anterior.
* Pídele a una persona que actúe como "persona facilitadora" mientras las demás personas actúan como madres, padres y personas cuidadoras.
* La persona facilitadora debe de agregar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a su App de Formando Conciencia +.
* Asegúrate de que el grupo incluya al menos un ejemplo de cómo agregar a una pareja de crianza.
* Pídele al grupo que incluya al menos a una pareja de crianza.
* Repite la actividad con otra persona que actúe como la persona facilitadora.

##### Discusión después de la práctica en grupo (5 min):

* Comentar y compartir ideas con las "personas facilitadoras" sobre sus experiencias.
* Preguntarle al grupo de participantes a qué posibles retos se podrían enfrentar al dirigir esta actividad con las madres, los padres y las personas cuidadoras.

| Nota  Recuérdales a las personas facilitadoras que deben de borrar a las madres, los padres y las personas cuidadoras, además de las parejas de crianza, que se agregaron durante el entrenamiento. |
| --- |

#### 

#### 

#### Cómo Informar la Asistencia a las Sesiones (5 min)

* Demuestra lo siguiente en la App Formando Conciencia +:
  + Selecciona el ícono de lápiz en la barra de navegación inferior.
  + Selecciona si vas a informar sobre una sesión presencial o una sesión de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras.
  + Recuérdale a cada participante que debe de informar sobre la asistencia de las madres, los padres y las personas cuidadoras a su cargo después de cada sesión presencial y de WhatsApp.
  + Completa el informe.
  + En caso de que el facilitador quiera editar el informe:
    - Selecciona el ícono de lápiz en la barra de navegación inferior.
    - Selecciona si la sesión que quieres editar era presencial o de WhatsApp.
    - Selecciona la sesión que quieres editar.
    - Aparecerán tus selecciones anteriores. Ahora podrás editar tus selecciones y "Guardar".
  + Pregúntale al grupo de participantes si tienen alguna duda con cómo informar sobre la asistencia a las sesiones.
  + Menciónales a las personas facilitadoras que también tendrán una lista en donde podrán informar sobre las actividades que realizaron.

#### 

#### 

#### Introducción a la Sesión de Chat de WhatsApp (5 min)

I**nstrucciones (**[**Diapositiva**](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p84)**):**

* Explícales a las personas facilitadoras que los grupos de WhatsApp de Crianza con Conciencia+ son para brindarles a las madres, los padres y las personas cuidadoras apoyo adicional relacionado con las habilidades de crianza a lo largo del programa.
* Menciona que hay 4 sesiones de chat de WhatsApp.
* Pídele a las personas participantes que busquen la sección "Sesión de Chat" en la página de inicio de Formando Conciencia +.
* Modela o reproduce un video que explica cómo las personas facilitadoras pueden compartir mensajes con Formando Conciencia +:
  + Una vez que encuentres el contenido de esa semana, ubica el icono de "Compartir". Suele representarse con una flecha que apunta hacia arriba o una caja con una flecha, y se usa para compartir contenido.
  + Haz clic en el icono de "Compartir".
  + En el menú que aparece, selecciona "WhatsApp" como opción para compartir. Elige tu grupo de WhatsApp de la lista.
  + Antes de presionar el botón de "Enviar", asegúrate de agregar toda la información necesaria.
  + Por último, haz clic en el botón de "Enviar" para compartir el contenido con tu grupo de WhatsApp.

### Módulo 4: Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar (45 min)

El método Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar (A-E-C-P) es la técnica principal de facilitación usada al impartir el programa. 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.

Les presentamos el enfoque A-E-C-P a las personas participantes de la formación con un ejercicio de aprendizaje activo que también modela el proceso A-E-C-P. ¡También es importante que tú modeles este enfoque a lo largo de la formación de las personas facilitadoras!

#### Preparación

Prepara el rotafolio o la cartulina de la siguiente manera:

| **A**ceptar |  | **E**xplorar | **C**onectar | **P**racticar |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ¿Cómo? |  |  |  |  |
| ¿Por qué? |  |  |  |  |

*Ejemplo de cómo acomodar el rotafolio o cartulina para facilitar Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar.*

En la parte superior del rotafolio, escribe **CÓMO** es que las personas facilitadoras pueden usar esta técnica. Deben de describir comportamientos o aptitudes concretas: guía al grupo para que lo que digan sea lo más específico posible. Por ejemplo, si alguien sugiere que puede ACEPTAR las respuestas de sus participantes en una sesión de chat de WhatsApp, debes pedirle que describa detalladamente qué palabras concretas reflejarían el Aceptar. ¡Esto también les modela cómo EXPLORAR de forma explícita!

En la parte inferior del rotafolio, escribe **POR QUÉ** esta técnica específica podría ser útil para que cada participante logre alcanzar los objetivos del programa. Anímales a decir las cosas de la manera más precisa posible. Por ejemplo, si alguien sugiere que Explorar le ayudará a saber más sobre una madre, un padre o una persona cuidadora, pídele que describa con más detalle aquello sobre lo que le gustaría saber más. ¡El POR QUÉ también modela el CONECTAR!

#### 

#### 

#### Cómo Impartir el Entrenamiento en A-E-C-P

A continuación, se ofrece una sugerencia sobre cómo impartir el entrenamiento en A-E-C-P. Empieza la actividad con el grupo al decirles que les vas a presentar la técnica de facilitación principal usada en el programa: Aceptar-Explorar-Conectar-Practicar o A-E-C-P.

##### ACEPTAR

1. **CÓMO**: Pídele al grupo de participantes que describan **CÓMO** demostrar que pueden **ACEPTAR** la participación y las aportaciones de las madres, los padres y las personas cuidadoras en una sesión de chat de WhatsApp. Puedes pedirles que describan diferentes maneras de mostrar que son capaces de ACEPTAR.
   1. Algunas preguntas podrían ser:
      1. ¿Cómo puedes demostrar que eres capaz de **ACEPTAR** las respuestas de las madres, los padres y las personas cuidadoras?
      2. ¿Cómo demuestras que eres capaz de **ACEPTAR** y apreciar o acoger sus opiniones, puntos de vista o pensamientos?
      3. ¿Cómo puedes hacerlo mediante palabras o emojis?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Afirmaciones verbales: Usar el nombre de la persona, darle las gracias, reconocer su contribución, etc.;
      2. Usar afirmaciones reflexivas: Parafrasear o repetir lo que la persona dijo para demostrar que realmente le pusiste atención y le escuchaste. ¡Este es un aspecto clave de escuchar activamente!
   3. Escribe estas sugerencias en el apartado de la parte superior del rotafolio, bajo ACEPTAR.
2. **POR QUÉ**: Pídele al grupo de participantes que describan **POR QUÉ** deben de **ACEPTAR** la participación y las aportaciones de las madres, los padres y las personas cuidadoras a lo largo del programa.
   1. Algunas preguntas que pueden ayudar a la discusión son:
      1. Al hacer esto, ¿qué podrían conseguir en términos de participación y aprendizaje?
      2. ¿Por qué podría ser útil para las madres, los padres y las personas cuidadoras que se cohíben o que dudan de participar en el programa?
      3. ¿Cuál sería el efecto de reconocer la contribución de las madres, los padres y las personas cuidadoras?
      4. ¿Por qué es importante usar las afirmaciones reflexivas o la paráfrasis?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Hace que las madres, los padres y las personas cuidadoras sientan que son parte de la comunidad;
      2. Fomenta la participación, especialmente de los que son más tímidos;
      3. Muestra que respeta y valora sus respuestas y las considera contribuciones importantes;
      4. Construye confianza y relaciones positivas entre las madres, los padres y las personas cuidadoras y tú;
      5. Gestiona las respuestas de cada participante para que sus aportaciones duren 30 segundos o menos (Nota: esto puede ser difícil de identificar para las personas facilitadoras, ¡así que tienes que mostrarles cómo hacerlo!).

**NOTA IMPORTANTE:** A lo largo de esta discusión, debes demostrar o modelar activamente cómo **ACEPTAR** las aportaciones de las personas del grupo. Si tienen dificultades para sugerir **CÓMO** y **POR QUÉ,** puedes pedirles que presten más atención a cómo te comportas, que se fijen en lo que haces para **ACEPTAR** sus respuestas y en cómo se sienten cuando lo haces. Esto puede hacer que les resulte más fácil conectar con algo más tangible, ¡porque lo estás haciendo delante de sus ojos!

1. Demuestra la estrategia de ACEPTAR en una sesión de chat de WhatsApp.
   1. Comparte el código QR para unirse al Grupo de WhatsApp de A-E-C-P y pídeles que se unan al Grupo de WhatsApp.
   2. Para la demostración, la persona entrenadora actuará como la persona facilitadora.
   3. Identifica a 5 personas facilitadoras y pídeles que actúen como madres, padres y personas cuidadoras. El resto del grupo observará la interacción.
   4. La "persona facilitadora" compartirá el primer mensaje "Mensaje 1: Exploración de la Actividad para Casa", de la primera sesión de chat.
   5. La "persona facilitadora" muestra cómo se ve el **ACEPTAR** mientras "la madre, el padre o la persona cuidadora" comparte su experiencia brevemente;
   6. Haz una pausa después de la demostración de ACEPTAR.
   7. Pídele al grupo de participantes que resalten cómo la "persona facilitadora" usó la estrategia de ACEPTAR
   8. Pregúntale al grupo de participantes cómo fue que la "persona facilitadora" manejó la dinámica de grupo.
2. El grupo de personas facilitadoras ponen en práctica el **ACEPTAR**  siguiendo estos pasos:
   1. Pídele a las personas facilitadoras que hagan otro grupo de WhatsApp temporal con las demás personas facilitadoras de su grupo.
   2. Si alguien no se siente a gusto compartiendo su número de teléfono, puede optar por simplemente observar la actividad.
   3. Cada grupo debe de elegir a una persona facilitadora para que vaya primero. Las demás personas deben de simular que son madres, padres y personas cuidadoras que están pasando por el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+. "Las madres, los padres y las personas cuidadoras" pueden compartir experiencias positivas y negativas.
   4. La "persona facilitadora" compartirá el primer mensaje "Mensaje 1: Exploración de la Actividad para Casa", de la primera sesión de chat.
   5. La "persona facilitadora" muestra cómo se ve el **ACEPTAR** mientras "la madre, el padre o la persona cuidadora" comparte su experiencia brevemente;
   6. Asegúrate de que la "persona facilitadora" recuerde las  **bases** de **ACEPTAR**:
      1. Reconocer la contribución de la persona que participa;
      2. Parafrasear o reflexionar sobre lo que dijo el participante.
   7. Cambia los roles para que cada participante practique el ser "persona facilitadora" y "madre, padre o persona cuidadora".
3. Dirige una discusión grupal después del ejercicio para explorar las experiencias y pensamientos del grupo de participantes al practicar la estrategia de **ACEPTAR:**
   1. ¿Cómo se sintió practicar el **ACEPTAR** como persona facilitadora?
   2. ¿Cómo te sentiste al reconocer su contribución? ¿Cómo te fue al parafrasear sus respuestas?
   3. ¿Cómo te sentiste al recibir halagos siendo participante? ¿Cómo te sentiste al recibir halagos siendo participante? ¿Cómo te sentiste cuando te parafrasearon o te repitieron tu aportación?
   4. ¿Qué fue lo más difícil de esta actividad? ¿Por qué fue difícil?
4. Puede que al grupo de participantes se les ocurran otras formas de **CÓMO**  **EXPLORAR** y **POR QUÉ** es importante hacerlo. ¡Anótalas en el rotafolio!

##### EXPLORAR

1. **CÓMO:** Pídele al grupo de participantes que describan **CÓMO** pueden **EXPLORAR** las experiencias, actitudes, sentimientos y retos compartidos por las madres, los padres y las personas cuidadoras.
   1. Algunas preguntas podrían ser:
      1. ¿Cómo puedes **EXPLORAR** las respuestas de las madres, los padres y las personas cuidadoras?
      2. ¿Qué tipo de preguntas te ayudarían a **EXPLORAR**?
      3. ¿Qué tipo de cosas te gustaría **EXPLORAR**?
      4. ¿En quién te debes de enfocar al **EXPLORAR** experiencias?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Preguntas abiertas: quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo;
      2. Preguntas que eliciten más detalles: Cuéntame más…. ¿Puedes ser más específico? ¿Qué quieres decir?
      3. La perspectiva de cada niña, niño o adolescente, así como la de cada madre, padre o persona cuidadora;
      4. Las emociones de las madres, los padres y las personas cuidadoras y de las niñas, los niños y adolescentes;
      5. Cualquier dificultad que experimenten en casa;
      6. Escribe estas sugerencias en el apartado de la parte superior del rotafolio, bajo **EXPLORAR**.
2. **POR QUÉ:** Pídele al grupo de participantes que describan **POR QUÉ** querrían explorar, más a detalle, las respuestas o contribuciones de las madres, los padres y las personas cuidadoras.
   1. Algunas preguntas que pueden ayudar a la discusión son:
      1. ¿Por qué es importante **EXPLORAR** las experiencias, actitudes y sentimientos de las madres, los padres y las personas cuidadoras?
      2. ¿Por qué es importante **EXPLORAR** la perspectiva de cada niña, niño y adolescente?
      3. ¿Cómo es que **EXPLORAR**  ayudaría a las madres, los padres y las personas cuidadoras? ¿Qué habilidad les aporta? ¿Qué habilidad les aporta?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Da una idea más completa de lo que realmente pasó en casa o de lo que piensan las madres, los padres y las personas cuidadoras;
      2. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a describir su experiencia y a verla desde una perspectiva diferente;
      3. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a comprender por qué respondieron de cierta manera en una situación específica o por qué sus niñas, niños y adolescentes se comportaron de esa manera;
      4. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a ser más conscientes del impacto de sus decisiones y comportamientos y a pensar de manera más crítica en la crianza de sus niñas, niños y adolescentes;
      5. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a compartir sus desafíos, a comprender por qué se enfrentaron a ciertos retos y a identificar posibles soluciones para esos desafíos o retos.

**NOTA IMPORTANTE:** A lo largo de esta discusión, debes demostrar o modelar activamente cómo EXPLORAR las aportaciones de las personas del grupo. Haz preguntas abiertas y explora cómo se sienten emocionalmente con respecto a alguna situación.

1. Demuestra la estrategia de EXPLORAR en una sesión de chat de WhatsApp.
   1. Identifica a 5 personas facilitadoras nuevas para que continúen la conversación como "madres, padres y personas cuidadoras"
   2. La "persona facilitadora" muestra cómo **EXPLORAR** mientras "la madre, el padre o la persona cuidadora" comparte su experiencia brevemente;
   3. Haz una pausa después de la demostración de EXPLORAR.
   4. Pídele al grupo de participantes que resalten cómo la "persona facilitadora" usó la estrategia de EXPLORAR
   5. Pregúntale al grupo de participantes cómo fue que la "persona facilitadora" manejó la dinámica de grupo.
2. El grupo de personas facilitadoras ponen en práctica el **EXPLORAR**  siguiendo estos pasos:
   1. Continúa la misma conversación sobre la exploración de la actividad para casa:
   2. La "persona facilitadora" practica el **EXPLORAR**  la experiencia del "la madre, el padre o la persona cuidadora";
   3. Asegúrate de que el "facilitador" recuerde las  **3 bases de EXLPORAR**:
      1. Hacer preguntas abiertas;
      2. Explorar las emociones de las personas participantes;
      3. Explorar la perspectiva de los demás sobre la historia del participante.
   4. Dales unos 2 minutos de práctica antes de cambiar los papeles, permitiendo que cada participante practique tanto ser "persona facilitadora" como ser "madre, padre o persona cuidadora".
3. Dirige una discusión grupal después del ejercicio para explorar las experiencias y pensamientos del grupo de participantes al practicar la estrategia de **EXPLORAR:**
   1. ¿Cómo se sintió practicar el **EXPLORAR** como persona facilitadora?
   2. ¿Cómo fue tener que pensar en preguntas para hacerle a las madres, los padres y las personas cuidadoras?
   3. ¿Qué te facilitó pensar en estas preguntas (es decir, un sentido de curiosidad o de escucha activa)?
   4. ¿Cómo te sentiste al tener que seguir practicando el **ACEPTAR** las respuestas de las madres, los padres y las personas cuidadoras?
   5. ¿Qué sentiste al ser participante en la actividad?
   6. ¿Qué fue lo más difícil de esta actividad? ¿Por qué fue difícil?
4. Puede que al grupo de participantes se les ocurran otras formas de **CÓMO**  **CONECTAR** y **POR QUÉ** es importante hacerlo. ¡Anótalas en el rotafolio!

##### CONECTAR

1. La parte de **CONECTAR**  puede llegar a ser la parte más difícil del método **AECP**. Su objetivo es ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a conectar su experiencia con un principio o lección sobre la crianza positiva o la interacción entre madre, padre o persona cuidadora y niña, niño o adolescente.
2. **CONECTAR** , también le ayuda al participante poder identificar **POR QUÉ**  algo es importante. Ya has estado modelando esta actividad en las discusiones anteriores sobre **ACEPTAR**  y **EXPLORAR** .
3. **CÓMO:** Pídele al grupo de participantes que describan **CÓMO** pueden ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a identificar las razones por las que algo podría serles útil como madres, padres o personas cuidadoras, **CONECTANDO** sus experiencias, actitudes, sentimientos y retos con los principios generales de la crianza positiva o de la mejora de las relaciones entre madres, padres o personas cuidadoras y niñas, niños y adolescentes.
   1. Algunas preguntas podrían ser:
      1. ¿Cómo podemos ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a **CONECTAR** sus experiencias o retos con los principios de la crianza positiva?
      2. ¿Cómo podemos ayudarles a identificar las razones por las que estos principios pueden ser importantes?
      3. ¿Qué tipo de preguntas te ayudarían a **CONECTAR** cómo se relacionan sus experiencias con sus vidas?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Explorar cómo su experiencia podría relacionarse con sus vidas o la relación con sus niñas, niños o adolescentes;
      2. Explora cómo su experiencia podría relacionarse con algunos de los principios o habilidades que están aprendiendo durante el programa;
      3. Explorar por qué podría ser importante o beneficioso como madres, padres o personas cuidadoras;
      4. Explorar por qué podría ser importante o beneficioso para sus niñas, niños o adolescentes;
      5. Escribe estas sugerencias en el apartado de la parte superior del rotafolio, bajo **CONECTAR**.
4. **POR QUÉ:** Pídele al grupo de participantes que describan **POR QUÉ** querrían **CONECTAR**  las respuestas o aportaciones de las madres, los padres y las personas cuidadoras.
   1. Algunas preguntas que pueden ayudar a la discusión son:
      1. ¿Por qué es importante **CONECTAR** las experiencias, actitudes y sentimientos de las madres, los padres y las personas cuidadoras con los principios de la crianza positiva?
      2. ¿Por qué es importante **CONECTAR** para ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a comprender por qué un principio concreto sería beneficioso para sus vidas y para sus niñas, niños y adolescentes?
      3. ¿Cómo es que **CONECTAR**  ayudaría a las madres, los padres y las personas cuidadoras? ¿Qué habilidad les aporta? ¿Qué habilidad les aporta?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a comprender, en sus propias palabras, las razones por las que podrían querer usar una habilidad específica;
      2. Ayuda a las madres, los padres y las personas cuidadoras a comprender los beneficios para sus propias vidas y para sus niñas, niños y adolescentes;
      3. Refuerza la aceptación de una habilidad de crianza específica.

**NOTA IMPORTANTE:** A lo largo de esta discusión, debes demostrar o modelar activamente cómo CONECTAR las aportaciones de las personas del grupo. Asegúrate de hacer preguntas abiertas y cuestionar al grupo sobre cómo se sentirían, emocionalmente, respecto a alguna situación.

1. Demuestra la estrategia de CONECTAR en una sesión de chat de WhatsApp.
   1. Identifica a 5 personas facilitadoras nuevas para que continúen la conversación como "madres, padres y personas cuidadoras"
   2. La "persona facilitadora" muestra cómo **CONECTAR** mientras "la madre, el padre o la persona cuidadora" comparte su experiencia brevemente;
   3. Haz una pausa después de la demostración de CONECTAR.
   4. Pídele al grupo de participantes que resalten cómo la "persona facilitadora" usó la estrategia de CONECTAR
   5. Pregúntale al grupo de participantes cómo fue que la "persona facilitadora" manejó la dinámica de grupo.
2. El grupo de personas facilitadoras ponen en práctica el **CONECTAR**  siguiendo estos pasos:
   1. Continuarás la misma conversación que llevabas con **ACEPTAR**  y **EXPLORAR** ;
   2. La "persona facilitadora" practica el **CONECTAR**  la experiencia de "la madre, el padre o la persona cuidadora" con un principio positivo más amplio;
   3. Asegúrate que la "persona facilitadora" continúe usando las bases de **ACEPTAR**  y **EXPLORAR;**
   4. Dales unos 2 minutos de práctica antes de cambiar los papeles, permitiendo que cada participante practique tanto ser "persona facilitadora" como ser "madre, padre o persona cuidadora".
3. Dirige una discusión grupal después del ejercicio para explorar las experiencias y pensamientos del grupo de participantes al practicar la estrategia de **CONECTAR:**
   1. ¿Cómo se sintió practicar el **CONECTAR** como persona facilitadora?
   2. ¿Qué fue lo que te sirvió para ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a **CONECTAR** con las razones por las que podrían querer hacer algo divertido o relajante durante el fin de semana?
   3. ¿Cómo te sentiste al tener que seguir practicando el **ACEPTAR** y el **EXPLORAR**?
   4. ¿Qué sentiste al ser participante en la actividad?
   5. ¿Qué fue lo más difícil de esta actividad? ¿Por qué fue difícil?
4. Puede que al grupo de participantes se les ocurran otras formas de **CÓMO** utilizar **ACEPTAR** y **POR QUÉ** es importante hacerlo. ¡Anótalo en el rotafolio!

##### PRACTICAR

1. El último paso de A-E-C-P es **PRACTICAR.** Las personas facilitadoras ya han estado practicando durante toda esta actividad, por lo que deberían de ser capaces de identificar el **CÓMO** y el **POR QUÉ**.
2. **PRACTICAR** les permite a las personas que participan en el entrenamiento experimentar directamente las habilidades antes de tener que aplicarlas, ya sea en casa, como es el caso de las madres, los padres y las personas cuidadoras, o durante las sesiones, como es el caso de las personas facilitadoras.
3. CÓMO:
   1. Comparte esta diapositiva que muestra una sesión de chat de WhatsApp entre la persona facilitadora y una madre, padre o persona cuidadora
   2. Tú puedes leer los mensajes de la persona facilitadora, mientras tu pareja de entrenamiento lee los mensajes de la madre, el padre o la persona cuidadora.
   3. Pídeles a las personas facilitadoras que resalten las formas en que las persona facilitadora usó el **PRACTICAR**.
   4. Pregunta si hay otras formas de practicar.
4. **POR QUÉ:** Pídele al grupo de participantes que describan **POR QUÉ** querrían **PRACTICAR** las habilidades antes de aplicarlas en casa o durante una sesión.
   1. Algunas preguntas que pueden ayudar a la discusión son:
      1. ¿Por qué es importante **PRACTICAR** las habilidades antes de aplicarlas en el mundo real?
      2. ¿Cómo ayudaría a las madres, los padres y las personas cuidadoras o a ti el **PRACTICAR**  las habilidades?
   2. Algunas de las sugerencias del grupo podrían ser:
      1. Fomenta la confianza a la hora de poner en práctica habilidades nuevas;
      2. Les permite a las madres, los padres y las personas cuidadoras ensayar habilidades nuevas con el apoyo y la orientación de las personas facilitadoras;
      3. Les da a las personas facilitadoras la oportunidad de verificar si las madres, los padres y las personas cuidadoras entienden las habilidades nuevas antes de tener que aplicarlas en casa;
      4. Refuerza la aceptación de una habilidad de crianza específica.

### 

### Cierre (15 min)

#### Discutir la Actividad para Casa (5 min)

Instrucciones

Repasa lo que has visto en el taller hasta ahora:

* Antecedentes, descripción general y estructura del Programa de Crianza con Conciencia+.
* Configuración de la App Formando Conciencia +.
* Demostración en vivo de la sesión de integración (lo que falta de la demostración continuará mañana).
* Preparación para la Sesión de Chat.
* Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar como habilidades de facilitación.

Asígnale a las personas facilitadoras las siguientes actividades para hacer en casa:

* Repasa las habilidades de facilitación que aprendiste hoy, especialmente el método AECP.
* Lee las otras 3 Sesiones de Chat en su App Formando Conciencia +.
* Repasa todas las sesiones del primer curso de Crianza con Conciencia+, "Mejorar la relación con Mi Niña, Niño o Adolescente". Al final de cada sesión, escribe FACNUEVO para empezar una sesión nueva.
* Si tienen algún problema, pueden reiniciar el chat automatizado escribiendo FACREANUDAR.
* Recuerden que estas palabras clave solo son para usarse durante el entrenamiento, y NO deben de compartirlas con las madres, los padres y las personas cuidadoras durante la sesión de integración.
* Comparte el programa para el Día 2 del taller.

Pregúntales a las personas facilitadoras si tienen alguna duda sobre el taller.

#### Comparte Una Cosa que Aprendiste Hoy (5 min)

Pídele a cada participante que comparta, en menos de un minuto, UNA cosa que haya aprendido durante la sesión.

#### Círculo de Agradecimiento (3 min)

###### Instrucciones

* Modela cómo hacer el Círculo de Agradecimiento antes de que las personas facilitadoras lo hagan en parejas.
* Las personas facilitadoras formarán parejas con alguien que se encuentre cerca.
* Cada persona debe de reconocer a su pareja. Los halagos pueden referirse a cualquier cosa, siempre y cuando sean sinceros.
* Cada persona se halaga a sí misma.
* Pídeles que reflexionen sobre cómo se siente el recibir halagos y cómo se sienten al darlos.

#### Haz una Pausa (2 min)

###### Instrucciones

Haz una Pausa con todas las personas del grupo. Puede ser algo breve (aproximadamente un minuto):

* Cerrar los ojos
* Concentrarse en los pensamientos, sentimientos y sensaciones corporales (15 segundos)
* Concentrarse en la respiración (30 segundos)
* Expandir la atención hacia el cuerpo completo y los sonidos (15 segundos)
* Abrir los ojos

Termina la sesión felicitando al grupo de participantes por su esfuerzo y atención durante la sesión. También, agradéceles por su compromiso al ayudar a madres, padres y personas cuidadoras a construir una Casa de Amor y Apoyo para sus familias.

## 

## Día 2: Taller de Formación de Facilitadores

### Resumen General de la Sesión

#### Objetivos de la Sesión

* Cada participante podrá dirigir las sesiones de chat de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras.
* Cada participante podrá bridarle apoyo a las madres, los padres y las personas cuidadoras con las dificultades a las que se enfrenten al hacer los ejercicios en casa.
* Cada participante podrá responder ante los posibles desafíos o retos que puedan surgir durante el desarrollo del programa.
* Cada participante sabrá cómo responder a los problemas relacionados con la protección de niñas, niños y adolescentes, además de otras situaciones de remisión.

#### Materiales Requeridos

* Tripié o pizarrón, rotafolios o cartulinas, plumones
* Proyector y pantalla
* Laptop o computadora de escritorio
* Celular con WhatsApp y la app de Formando Conciencia +
* Registro de asistencia
* Hojas en blanco y plumas (1 por participante)
* Gafetes o etiquetas con los nombres
* Cinta adhesiva para pegar papeles en la pared
* Refrigerio (en caso de requerirse)
* Reconocimientos para las personas facilitadoras

| Programa para la Sesión del Día 2 | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Actividades para el Empezar el Día 2 | | * Te damos la bienvenida * Concientización Emocional * Reflexión y Comentarios sobre el Día 1 | | 25 min | |
|
| Módulo 5: Práctica de la Sesión de Chat de WhatsApp | | * Estructura de la Sesión de Chat * Compartir conceptos clave * Práctica en grupos pequeños * Práctica: Traspaso del grupo a personas moderadoras | | 1 hora 45 min | |
| Descanso (15 min) | | | | | |
| Módulo 6: Salvaguarda y Protección | | * ¿Qué significa salvaguardar? * Comprender el abuso, la negligencia y la explotación * Salvaguardar en el chatbot de Crianza con Conciencia + * Salvaguardar en las sesiones presenciales y en línea * El Rol del Facilitador en la salvaguarda y protección | | 10 min | |
| Módulo 7: Posibles Desafíos durante el Programa y Cómo Manejarlos | | * Lista de Posibles Desafíos o Retos * Explorar y Practicar Soluciones * Discutir sobre la Solución de Problemas en Grupo * Remisiones * Asesorías para las Personas Facilitadoras | | 1 hora | |
| Cierre | | * Preguntas * Ejercicio de Amabilidad y Cariño * Círculo de Agradecimiento * Siguientes Pasos | | 25 min | |
|
|

### Actividades para el Empezar el Día 2 (25 min)

#### Bienvenida (5 min)

###### Instrucciones [(Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p67))

Comienza el Día 2 del Taller de Formación de Facilitadores con las siguientes actividades:

1. Dale la bienvenida a cada participante mientras van llegando – ¡intenta aprenderte sus nombres!
2. Da la bienvenida a todo el grupo para comenzar la sesión:
   * Reconoce a las personas participantes por hacer el esfuerzo de asistir a la sesión aún cuando sus días son ajetreados;
   * Intenta comenzar puntualmente con el fin de modelarles esto para sus propios grupos.
3. Comienza la sesión haciendo una pausa - reproduce el video de Haz una Pausa.

#### 

#### 

#### Concientización Emocional (5 min)

El ejercicio de concientización emocional es una manera muy valiosa de empezar la sesión, garantizando que cada persona sienta reconocimiento y una conexión con su entorno.

###### Instrucciones (Diapositiva)

Sigue estos pasos para llevar a cabo un ejercicio de concientización emocional eficaz al principio del taller:

* Empieza explicando el objetivo de la concientización emocional. Haz énfasis en 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 podrá expresarse brevemente sobre cómo se siente emocionalmente en ese momento. Anímales a usar pocas palabras u oraciones para describir su estado emocional.
* Como tu eres la persona facilitadora en esta ocasión, 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 las personas 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 las personas 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.

#### 

#### 

#### Reflexión y Comentarios sobre el Día Uno (15 min)

###### Resumen

Al principio del segundo día de tu taller de entrenamiento, hacer que el grupo de participantes reflexione y que se planteen preguntas de discusión puede ayudar a consolidar el aprendizaje del primer día, fomentar la participación activa y resolver cualquier duda o pregunta.

###### Instrucciones (Diapositiva)

Empieza invitándoles a reflexionar sobre sus experiencias del día anterior. Pregúntales qué consideran que ha sido lo más importante que han aprendido y qué conceptos o habilidades les han llamado más la atención. Puedes usar las siguientes preguntas como una guía:

* ¿Cuáles fueron tus conclusiones más relevantes de la sesión de ayer?
* ¿Tienes alguna pregunta sobre la demostración que se hizo de la sesión de integración presencial?
* ¿Quedó claro cómo configurar y usar la app de Formando Conciencia +? ¿Te topaste con alguna dificultad? ¿Te topaste con alguna dificultad?
* ¿Qué tan a gusto te sientes al navegar por la aplicación después de la sesión de ayer?
* ¿Hay algún aspecto concreto que te gustaría exponer para recibir información o asesoramiento adicional sobre cómo guiar o impartir esa actividad?
* ¿Cómo crees que las habilidades y técnicas que hemos visto encajan con tu rol de persona facilitadora?
* ¿Tienes alguna preocupación o dificultad que sientas que te puede pasar a medida que sigas integrando estas estrategias en tus interacciones con las madres, los padres y las personas cuidadoras?
* ¿Quieres reflexionar o comentar algo de la sesión de ayer o del entrenamiento en general? Este es un espacio abierto para cualquier pensamiento o idea que quieras compartir.

| Nota  Estas preguntas pretenden ser una guía; no tienes que reflexionar sobre cada punto. Usa lo que te parezca más relevante y valioso. |
| --- |

Consejos para hablar sobre las preocupaciones y las cuestiones específicas que se planteen durante la reflexión:

* Empieza por escuchar activamente las preocupaciones o problemas planteados por las personas que participan en el grupo. Préstales toda tu atención y muestra empatía con sus puntos de vista.
* Haz preguntas de seguimiento para asegurarte de que entiendes la naturaleza de su preocupación. Pide aclaraciones sobre cualquier punto que no te quede claro.
* Involucra al grupo de participantes en una lluvia de ideas para encontrar soluciones. Anímales a compartir sus ideas sobre cómo se podría abordar esa preocupación. Por ejemplo, ¿qué se debe de hacer si una madre, un padre o una persona cuidadora no sigue una regla general?
* Repasa algunas de las instrucciones del Día 1, si es que puede ayudar a aclarar la duda. Ejemplo: Cómo usar la App de Formando Conciencia +

### 

### 

### Módulo 5: Práctica de la Sesión de Chat de WhatsApp (1 hora 45 min)

###### Resumen

El programa Crianza con Conciencia+ incluye un Grupo de Comunidad de WhatsApp para madres, padres y personas cuidadoras. Las personas facilitadoras dirigirán sesiones de chat semanales en este Grupo de WhatsApp. La App de Formando Conciencia + contiene mensajes preestablecidos que las personas facilitadoras pueden compartir para guiar las sesiones de chat. El objetivo de este grupo es proporcionarle a las madres, los padres y las personas cuidadoras un apoyo adicional durante su travesía en Crianza con Conciencia+.

En este módulo, las personas facilitadoras adquirirán experiencia práctica para que puedan gestionar y facilitar las sesiones de chat de WhatsApp de manera eficaz. Esto les ayudará a adquirir confianza y competencia para dirigir las sesiones de chat.

#### Estructura de la Sesión de Chat (5 min)

###### Instrucciones (Diapositiva):

* Durante la sesión de integración, las personas facilitadoras tendrían que haber creado un Grupo de WhatsApp con las madres, los padres y las personas cuidadoras e identificado las reglas generales del Grupo de WhatsApp.
* Comparte la estructura de la sesión de chat desde la diapositiva:
  + Al inicio del programa: Bienvenida, presentaciones y recordatorio del ejercicio para casa
  + Semana 1: Pensamientos, sentimientos y acciones
  + Semana 2: Diálogo interno amable
  + Semana 3: Fortalezas de carácter
  + Semana 4: Desarrollar emociones agradables
* Comparte los siguientes puntos con las personas facilitadoras:
  + Las personas facilitadoras y sus grupos decidirán los tiempos para las sesiones de chat durante la sesión de integración.
  + Antes de cada sesión de chat, las personas facilitadoras enviarán un mensaje recordatorio unas horas antes de la sesión de chat. Pueden programar alarmas en sus teléfonos para recordarles cuándo deben de enviar los mensajes.
  + Las personas facilitadoras deben enviar los mensajes restantes durante el tiempo programado para el chat.
* Objetivo de las sesiones de chat:
  + Apoyar a las madres, los padres y las personas cuidadoras: Brindarles a las madres, los padres y las personas cuidadoras un espacio seguro para aprender más sobre prácticas positivas de crianza y sobre cómo mejorar su propio bienestar.
  + Solución de problemas: Proporcionar apoyo para que puedan identificar sus triunfos y soluciones para sus prácticas.
  + Construir una Comunidad: Ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a sentirse parte de una comunidad en la que puedan compartir experiencias, apoyarse mutuamente y aprender como grupo.
  + Mantener un nivel alto de compromiso: Para mantener el interés y la motivación de las madres, los padres y las personas cuidadoras, ofrece sesiones interactivas en vivo, además del contenido del Curso de WhatsApp que pueden hacer a su propio ritmo.
* Identifica los materiales que pueda necesitar la persona facilitadora:
  + El apartado de Sesiones de Chat de la App Formando Conciencia +.
  + El apartado de Desafíos Comunes de la App Formando Conciencia +.

#### 

#### Compartir conceptos clave (10 min)

###### Instrucciones (Diapositiva)

* Comparte los conceptos clave de cómo están conectados los pensamientos, los sentimientos y las acciones.
  + Conexión entre pensamientos, sentimientos y acciones.
  + Identificar cómo las emociones, los sentimientos y las acciones repercuten en su bienestar y en el de sus niñas, niños y adolescentes.
* Comparte los conceptos clave del diálogo interno
  + Cómo es que la forma en que se hablan puede cambiar cómo se sienten.
  + Identificar el diálogo interno desagradable y sustituirlo por diálogo interno amable.
* Comparte los conceptos clave del desarrollo de las fortalezas de carácter
  + Comprender cómo identificar las fortalezas en sus personas. T
  + Aprender sobre la conexión entre las fortalezas y el bienestar y practicar el saber cómo incorporar esas fortalezas en su vida diaria.
* Comparte los conceptos clave para desarrollar emociones agradables
  + Celebren los cambios positivos en sus vidas y en las de sus niñas, niños y adolescentes.
  + Ayudar a las madres, los padres y las personas cuidadoras a entender cómo pueden utilizar las emociones agradables para mejorar su bienestar y el de su niña, niño o adolescente.

#### 

#### 

#### Práctica en grupos pequeños (1 hora)

###### Instrucciones (Diapositiva)

* Divide al grupo en grupos más pequeños de 4-5 personas facilitadoras.
* Ya que se hayan dividido en grupos más pequeños, pídeles que practiquen la primera sesión de chat.
* Cada grupo debe de elegir a una persona facilitadora para guiar la sesión de chat. Las demás personas del grupo deben de simular que son madres, padres o personas cuidadoras que están pasando por el programa. "Las madres, los padres y las personas cuidadoras" pueden compartir experiencias positivas y negativas.
* Recuérdales a las personas facilitadoras que deben de intentar usar Aceptar, Explorar y Conectar.
  + Pueden Aceptar lo que les dicen al…
    - Usar emojis y la acción de pulgares arriba para reconocer a las madres, los padres y las personas cuidadoras.
    - Parafrasear las respuestas para comprobar que entienden correctamente lo que las madres, los padres y las personas cuidadoras les dicen.
  + Pueden **Explorar** los desafíos y las dificultades al hacer preguntas simples y cortas para entender bien la situación antes de…
  + **Conectar** a las madres, los padres y las personas cuidadoras con prácticas positivas de crianza.
* Pídeles a las personas facilitadoras que empiecen por el Mensaje 2, puesto que ya han practicado el revisar la actividad para casa en la sesión anterior.
* Después de practicar cada sesión de chat (10 min), detente para dirigir la discusión (5 min):
  + ¿Cómo te sentiste al dirigir la sesión como persona facilitadora y al experimentarla como madre, padre o persona cuidadora?
  + ¿Qué aspectos de estos temas te preocupan como persona facilitadora para cuando te toque dirigir la sesión a ti?
* Ve rotando entre participantes para que cada persona facilitadora pueda practicar el guiar una sesión de grupo de WhatsApp.
* Repite lo mismo con cada una de las 4 sesiones de chat.

#### 

#### 

#### Práctica: Traspaso del grupo a personas moderadoras (30 min)

* Comparte lo siguiente con el grupo:
  + Al finalizar la sesión de chat de la Semana 3, las personas facilitadoras preguntarán si hay alguien en el grupo que quiera encargarse de moderar el grupo de WhatsApp de manera voluntaria.
  + Una vez seleccionadas las personas que van a moderar, las personas facilitadoras programarán una llamada con las madres, los padres y las personas cuidadoras para orientarles.
  + Pídeles a las personas facilitadoras que lean "Cómo designar Admins del Grupo" en la sección de Guía para Personas Facilitadoras en la App Formando Conciencia +.

##### Demostración (10 min)

* Muestra cómo hacer la llamada con las madres, los padres y las personas cuidadoras en la que se les entregue el Grupo de WhatsApp.
  + Agradécele a la madre, el padre o la persona cuidadora que se ofreció, de manera voluntaria, para dirigir el grupo de WhatsApp
  + Al interactuar con las madres, los padres y las personas cuidadoras del grupo, ten en cuenta lo siguiente:
    - Recibe y saluda a las madres, los padres y las personas cuidadoras siempre que tengan un encuentro.
    - Respeta lo que comparten 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 entre sí, ¡halágales cuando lo hagan.
    - Recuérdales a las madres, los padres y las personas cuidadoras las reglas generales del grupo cuando lo consideres necesario.
    - Modela el comportamiento que quieres ver en las madres, los padres y las personas cuidadoras.
  + Si las madres, los padres y las personas cuidadoras necesitan algún estímulo para empezar la discusión, comparte lo siguiente:
    - ¡Celebremos nuestros triunfos! ¿Qué fue algo positivo que experimentaste al probar una de las habilidades de crianza con tu niña, niño o adolescente?
    - Probar habilidades nuevas puede ser difícil al principio. ¿Qué dificultades experimentaste al probar una de las habilidades de crianza con tu niña, niño o adolescente en casa?
  + Recuérdales a las madres, los padres y las personas cuidadoras que no tienen la obligación de responder a los mensajes siempre y en todo momento. Pueden mandar mensajes en cualquier momento de la semana. Y, para que tu carga de trabajo sea manejable, puedes responder a los mensajes una o dos veces al día, según tu horario.
  + Pregúntales si tienen alguna duda.
  + Recuérdales a las madres, los padres y las personas cuidadoras que, lamentablemente, ya no podrás participar en el grupo de WhatsApp.

##### Práctica (10 min)

* Divide al grupo en parejas.
* Pídele a una persona que sea la "persona facilitadora" y a otra que sea "la madre, el padre o la persona cuidadora" que se apuntó de manera voluntaria.
* Diles que representen la llamada en donde la persona facilitadora guía a las madres, los padres y las personas cuidadoras.
* Ahora, pídeles que inviertan los papeles.

##### Discusión (10 min)

* Al concluir la representación, pregúntale a todo el grupo:
  + ¿Cómo te sentiste al experimentar el traspaso del grupo como madre, padre o persona cuidadora?
  + ¿Qué aspectos de estos temas te preocupan como persona facilitadora para cuando te toque dirigir la sesión a ti?

### 

### Descanso (15 min)

### 

### Módulo 6: Salvaguarda y Protección (10 min)

###### Resumen

En esta sección guiarás a las personas facilitadoras para que sepan asegurar un entorno seguro y de apoyo para cada madre, padre o persona cuidadora de Crianza con Conciencia+.

Cubrirás:

* ¿Qué significa salvaguardar?
* Comprender el abuso, la negligencia y la explotación
* Informar sobre Acusaciones de Explotación y Denuncias de Abuso Sexual contra empleados de PLH
* Salvaguardar en el chatbot de Crianza con Conciencia +
* Salvaguardar en las sesiones presenciales y en línea
* El Rol del Facilitador en la salvaguarda y protección

###### Instrucción ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.g2b6ebb0ae01_0_178))

Sigue las diapositivas para cubrir la siguiente información:

Salvaguardar significa proteger la salud, el bienestar y los derechos humanos de las personas y permitirles vivir libres de daños, abusos y negligencias. Independientemente de su edad, identidad de género, discapacidad, orientación sexual, religión u origen étnico, todas las personas que participan en nuestro programa tienen derecho a ser protegidas contra cualquier forma de daño, abuso, negligencia y explotación por parte de cualquier persona asociada al programa.

Comprender el abuso, la negligencia y la explotación:

* El abuso se refiere a un acto deliberado de maltrato que puede dañar la seguridad, el bienestar, la dignidad y el desarrollo de la niña, el niño o adolescente. El abuso incluye todas las formas de maltrato físico, sexual, psicológico y emocional. (Definición de Save the Children, 2012).
* La violencia contra niñas, niños y adolescentes se define como formas de violencia física o mental, daños y abusos, negligencia o trato negligente o maltrato o explotación, incluido el abuso sexual. (Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos, 1990, Artículo 19).
* La explotación de niñas, niños y adolescentes se refiere a la utilización de la niña, el niño o adolescente para un beneficio económico o sexual, para gratificación o lucro, que a menudo da lugar a un trato injusto, cruel y perjudicial para la niña, el niño o adolescente. (Definición de Save the Children, 2012)

Asistencia para Salvaguardar en el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+:

El Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia + está automatizado para reconocer palabras clave de alto riesgo y detectar la revelación de situaciones peligrosas y violentas. Tras la detección, se ofrece una respuesta empática y de empoderamiento junto con los datos de contacto de lugares o servicios en donde se pueda acceder a ayuda profesional o urgente (p. ej., policía, ambulancia, líneas directas de crisis). También, se incluye información sobre recursos de apoyo locales y líneas directas para remisiones por iniciativa propia. Las madres, los padres y las personas cuidadoras también pueden tener acceso a asistencia de salvaguardia al escribir AYUDA en el Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+.

Asistencia para Salvaguardar en las sesiones presenciales y en línea:

También es importante que las personas facilitadoras y tú conozcan las siguientes pautas para tratar las revelaciones de abuso, negligencia y violencia por parte de las personas participantes durante las sesiones presenciales y en línea:

Conoce las Políticas de Salvaguarda para niñas, niños y adolescentes, además de los procedimientos de remisión de tu organización.

* Todas las organizaciones deben de tener o desarrollar políticas para la salvaguarda de los derechos de las niñas, los niños y adolescentes, así como procedimientos de remisión que incluyan detalles sobre cómo responder adecuadamente cuando una madre, un padre, una persona cuidadora o una niña, niño o adolescente revela un abuso.
* Tanto tú como las personas facilitadoras deben de tener un conocimiento preciso sobre todos los protocolos y planes de intervención. ej., a quién presentar la denuncia, recursos internos para apoyar a la niña, el niño o adolescente), así como la forma de recurrir a recursos externos (p. ej., vías locales de remisión y canalización, cuándo recurrir a las autoridades).
* Es responsabilidad del facilitador actuar, independientemente de si está respondiendo a revelaciones de abusos pasados y/o presentes. Sin embargo, no son responsables de resolver la situación por su propia cuenta. Deben de hablar de la situación con su supervisor para acordar qué pasos deben de dar a continuación.

Asegúrate de que las madres, los padres y las personas cuidadoras sepan que eres alguien que puede brindarles ayuda.

* Las madres, los padres y las personas cuidadoras que participan en las sesiones deben de saber que pueden acudir a la persona facilitadora en busca de ayuda, independientemente de cuándo se dieron los abusos.
* Las personas facilitadoras deben asegurarse de que las madres, los padres y las personas cuidadoras sepan que pueden confiar en cada persona facilitadora y que les escucharán y apoyarán sin juzgarles ni hacerles daño.

¿Qué debe hacer el facilitador durante la revelación de un abuso, negligencia o explotación?

* Proporcionar un entorno seguro en el que la persona pueda encontrar apoyo.
* Escuchar atentamente a la persona y tomar notas. Para evitar revictimizar a la persona, haz preguntas solo para aclarar o recabar información cuando sea necesario.
* Determinar si el participante está en peligro inmediato y qué ayuda está disponible.
* Asegurar que el participante siente que el facilitador le cree.
* Hacerle saber que ha hecho lo correcto compartiendo su historia con el facilitador.
* Apoyar y no juzgar lo que le dicen: ¡evitar culpar en todo momento!
* Hacerle saber al participante que compartirás lo que te ha contado con tu supervisor para encontrar una forma de apoyarle y protegerle.
* Explicar lo que el facilitador va a hacer a continuación.
* Notificar a su supervisor.

### Módulo 7: Posibles Desafíos durante el Programa y Cómo Manejarlos (1 hora)

###### Resumen

Este módulo le brinda al grupo de participantes una visión detallada de los distintos aspectos relacionados con impartir el programa.

Puede ser útil facilitar esta actividad de forma colaborativa al pedirle a las personas que participan en el programa que identifiquen las distintas partes importantes que lo conforman. Esto te dará una idea de cuánto han aprendido sobre cómo se imparte el programa.

También es muy útil que un coordinador o supervisor del programa esté presente durante esta parte de la sesión, si es posible, por dos razones:

* En primer lugar, pueden surgir cuestiones específicas de logísticas que no conozcas a fondo y que requieran la intervención de un supervisor.
* En segundo lugar, es muy importante que las personas que dirigen a las personas facilitadoras tengan conciencia de las posibles dificultades en logística al llevar a cabo el programa, con el fin de que tengan expectativas razonables para sus empleadas y empleados.

#### 

#### Lista de Posibles Desafíos o Retos (10 min)

###### Instrucciones

* Pídele al grupo de participantes que compartan las posibles preocupaciones o dificultades que puedan tener a la hora de impartir Crianza con Conciencia+ a las familias.
* Las personas facilitadoras deben de enfocarse en los desafíos relacionados con impartir, tanto la parte presencial del programa, como la parte que se dará por WhatsApp.
* Haz una lista de todos estos desafíos y retos en el rotafolio o la cartulina.
* Puedes consultar la lista de preguntas e inquietudes que surgieron durante el entrenamiento y que se guardaron para más adelante en el "Pizarrón para Recordatorios" que se encuentra en una de las hojas de rotafolio.

Los siguientes son desafíos típicos (también mencionados en la sección de Preguntas Frecuentes de la App Formando Conciencia +) que suelen ocurrir durante la ejecución del programa. Son situaciones de la vida real planteadas por las personas facilitadoras durante sus sesiones de asesoría:

* Cuestiones de tecnología:
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora necesita ayuda para entrar al curso de WhatsApp y no sé cómo responder a su pregunta;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora batalla para participar en los grupos de WhatsApp.
* Cuestiones de facilitación:
  + Explicación del programa a madres, padres y personas cuidadoras;
  + Adquisición y mejoría de las habilidades de la persona facilitadora;
  + Las personas del grupo proceden de distintos entornos educativos y socioeconómicos;
  + Cuando una madre, un padre o una persona cuidadora provoca una reacción emocional (en persona o por WhatsApp);
  + Sentimientos de ansiedad o nerviosismo al impartir el programa.
* Cuestiones de manejo del grupo (presencial y en WhatsApp):
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora no se puede comprometer con las reglas generales;
  + Madres, padres y personas cuidadoras que no quieren compartir sus opiniones, ideas o experiencias;
  + Madres, padres y personas cuidadoras que llevan a sus niñas, niños y adolescentes a las sesiones;
  + Enfrentarse a cuestionamientos y desacuerdos por no ser madre, padre o persona cuidadora;
  + Madres, padres y personas cuidadoras que hablan demasiado y que les dan órdenes a otras madres, padres y personas cuidadoras;
  + Madres, padres y personas cuidadoras que no quieren participar en las actividades;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora se pone a llorar al compartir algo personal;
  + Cuando una madre, un padre o una persona cuidadora acude a la sesión en estado de embriaguez;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora me marca o me manda un mensaje personal con muchas preguntas que tienen que ver con sus hábitos de crianza o el mal comportamiento de su niña, niño o adolescente.
* Cuestiones de seguridad y protección:
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora revela cosas sobre la seguridad y la salud de niñas, niños y adolescentes;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora revela maltrato, negligencia o explotación.
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora quiere saber cómo reportar o denunciar el maltrato, la negligencia o la violencia;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora quiere saber de servicios gratuitos y confidenciales en donde pueda hablar de su situación de crisis;
  + Un conflicto entre madres, padres y personas cuidadoras durante una sesión;
  + Una madre, un padre o una persona cuidadora reporta que experimenta violencia física por parte de su pareja.

#### 

#### 

#### Explorar y Practicar Soluciones (25 min)

###### Resumen

Dispones de unos 30 minutos para discutir y practicar soluciones. Esto suele permitir de dos o tres rondas de retos y desafíos. Los últimos 5 minutos son para una discusión grupal sobre la solución de problemas.

###### Instrucciones

* Divide al grupo en grupos más pequeños de 4 ó 5 personas cada uno.
* Dale a cada grupo nuevo un desafío o reto para que lo exploren más a fondo, discutan las posibles soluciones y elijan una solución para presentarla ante todo el grupo al final.
* Cada grupito comparte su desafío y su solución con el resto del grupo.
* Pregunta si hay alguna duda o preocupación sobre las consecuencias de la solución. Puede que tengas que ayudarles a identificar una solución más efectiva para ese desafío.
* Invita, al menos, a 2 participantes del grupo a practicar la solución.
* Algunos desafíos pueden implicar a más personas, como cuando dos personas facilitadoras tienen que trabajar a la par para intervenir en un conflicto entre dos madres, padres y personas cuidadoras.
* Reflexiona con el grupo al pedirle a "las madres, los padres y las personas cuidadoras" y a "las personas facilitadoras" que mediten en su experiencia.
* Halaga al grupo de participantes por practicar.
* Dale a cada grupo otro desafío.

#### Discutir sobre la Solución de Problemas en Grupo (10 min)

* ¿Cómo se sintieron al trabajar en grupo para resolver los desafíos que pudieran surgir a lo largo del programa?
* ¿Qué otras preocupaciones tienes en este momento, en relación con el programa?
* ¿Qué necesitas para sentir apoyo y confianza mientras impartes el programa?

#### 

#### 

#### Remisiones (10 min)

El proceso de remisión variará según el sector y la organización, por lo que deberás familiarizarte con los procesos específicos del lugar donde estés llevando el entrenamiento. Recuérdale al grupo de participantes que Crianza con Conciencia+ solo se centra en la crianza positiva y en las relaciones entre madres, padres, personas cuidadoras y niñas, niños y adolescentes. No resolverá todos los problemas y dificultades de las madres, los padres y las personas cuidadoras por sí solo. A veces, las familias necesitan ayuda más allá de lo que el programa puede brindar.

* Escribe "Remisiones" en la parte superior de un rotafolio y traza una línea vertical por la mitad.
* Discute los posibles temas que podrían requerir de remisiones, desde el punto de vista legal o ético, incluyendo los asuntos de protección de niñas, niños y adolescentes. Pregúntale al grupo de participantes si se les ocurren situaciones en las que las familias puedan necesitar ayuda o apoyo adicional.
* Anota estas ideas en la parte izquierda del rotafolio.
* Teniendo en cuenta las situaciones que han anotado, pregúntale al grupo a qué servicios podrían tener que remitir a sus participantes. Pídeles que busquen la sección de "Salvaguarda y Protección" en la página de inicio de la App Formando Conciencia +. Por ejemplo, si una madre, un padre o una persona cuidadora le revela a la persona facilitadora que hay violencia física por parte de su pareja, ¿qué servicio crees que busca y adónde lo derivarías?
* Los posibles servicios podrían ser:
  + Clínicas;
  + Estaciones de Policía;
  + Servicios de protección de niñas, niños y adolescentes;
  + Servicios de apoyo para la violencia sexual con perspectiva género;
  + Servicios de apoyo para la salud mental y física;
  + Apoyo financiero gubernamental
* Recuérdales a las personas facilitadoras que deben de saber qué servicios están disponibles y cómo contactarlos (números de teléfono, etc.).
* Discutan algunas situaciones posibles en donde las personas facilitadoras tengan que informar sobre posibles problemas relacionados con la protección de niñas, niños y adolescentes. Hablen sobre los protocolos de la organización para tratar los problemas relacionados con la protección de niñas, niños y adolescentes y otras situaciones de emergencia.
* Pregúntale al grupo de participantes si tienen más dudas sobre cómo hacer las remisiones.

#### Asesorías para las Personas Facilitadoras (5 min)

###### Resumen

Además del entrenamiento presencial, cada persona facilitadora recibirá apoyo y asesoramiento a distancia. Si una persona facilitadora se enfrenta a algún reto que no es capaz de resolver, puede plantear esta dificultad ante la persona asesora y el grupo, durante su sesión de asesoría.

###### Instrucciones

Comparte los siguientes puntos con las personas facilitadoras:

* ¿Qué es una persona asesora?
  + Cada grupo tendrá a una persona asesora que apoyará a las personas facilitadoras en:
    - 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
* ¿Cómo se llevará a cabo la asesoría?
  + Las personas asesoras se reunirán con las personas facilitadoras a través de una plataforma de videoconferencias. La sesión de asesoría se basará en un enfoque de aprendizaje social colaborativo para facilitar el aprendizaje en grupo.
  + Cada persona asesora dirigirá una sesión de asesoría, que durará 1 hora, con el grupo de 9 personas facilitadoras.
  + La persona asesora se pondrá en contacto con las personas facilitadoras a través de un grupo de WhatsApp conformado por la persona asesora y otras personas facilitadoras del estado.
  + La persona asesora compartirá información importante contigo a través de este grupo.
  + Este es el programa de la sesión de asesoría:

|  | 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 |  |

* ¿Cómo deben de prepararse las personas facilitadoras para la sesión de asesoría?
  + 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 la sesión de chat y que quieran comentar 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 les 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.

#### 

### Cierre (25 min)

#### Preguntas (10 min)

Pregúntale a las personas del grupo si tienen alguna duda sobre:

* Sesiones de Chat de WhatsApp
* Utilizar A-E-C-P en la sesión de chat
* Salvaguardar y Proteger
* Cómo enfrentar los posibles desafíos o retos
* Cualquier otra duda con el programa

#### Ejercicio de Amabilidad y Cariño (5 min)

Resumen

Al final de la sesión, el grupo aprenderá una última actividad para reducir el estrés – un ejercicio de Amabilidad y Cariño. Esta actividad ayuda a que las personas se conecten con un sentimiento de bondad y cariño propio y que lo extiendan hacia sus familias. Esto le da un cierre a la actividad mientras reconecta al grupo de participantes con una sensación de calma y bienestar.

###### 

| Nota  Usa el texto que se encuentra a continuación como una guía para dirigir la actividad. En cada [Pause] del texto, puedes hacer una pausa de unos 5 segundos. Seguir tus propias instrucciones durante la pausa es útil. |
| --- |

###### 

###### Instrucciones [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p124)

Paso 1: Preparación

* A veces, cuando estamos pasando por mucho estrés, sentimos soledad o simplemente necesitamos apoyo, automandarnos pensamientos de amabilidad y cariño puede resultar muy útil.
* Este ejercicio nos ayuda a estar más presentes y conectados con el aquí y el ahora, lo que aumenta el bienestar y el equilibrio, y nos ayuda a manejar el estrés, la enfermedad y las dificultades. [Pause]
* 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

* Cuando sientas que ya has terminado, abre los ojos. [Pause]
* Identifica qué pensamientos estás experimentando. Fíjate si son agradables o desagradables. [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: Abrirse a la Amabilidad y el Cariño

* Conecta con tu corazón de forma amable y con delicadeza. Tal vez quieras poner una mano sobre tu corazón o en tu pecho. [Pause]
* A continuación, puedes decirte en silencio las siguientes palabras [Pausa]

Que estés en paz. [Pause]

Que esté a salvo. [Pause]

Que tengas salud. [Pause]

Que sea feliz. [Pause]

Que sientas amor. [Pause]

Repítelo lentamente una o dos veces, tomándote tu tiempo entre cada frase.

* Si te parece bien, puedes pensar en tu niña, niño o adolescente, en tu pareja, en tu familia o en cualquier otra persona cercana en tu vida y mientras les tienes en mente, puedes afirmar cosas positivas y amables para sus vidas. [Pause]

Que esté en paz. [Pause]

Que estés a salvo. [Pause]

Que tenga salud. [Pause]

Que seas feliz. [Pause]

Que sienta amor. [Pause]

Repítelo lentamente una o dos veces, tomándote tu tiempo entre cada frase.

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 sobre tu experiencia.
* Cuando sientas que ya has terminado, abre los ojos. [Pause]

*Recuerda que puedes hacer esta actividad en cualquier momento, siempre que sientas que necesitas un apoyo adicional.*

##### 

##### 

#### Círculo de Agradecimiento (5 min)

**Instrucciones**

Este es el último Círculo de Agradecimiento.

* Modela cómo hacer el Círculo de Agradecimiento antes de que el grupo lo haga en parejas.
* Las personas que participan en el grupo formarán parejas con alguien que se encuentre cerca.
* Cada persona debe de reconocer a su pareja. Los halagos pueden referirse a cualquier cosa, siempre y cuando sean sinceros.
* Cada persona se halaga a sí misma.
* Pídeles que reflexionen sobre cómo se siente el recibir halagos y cómo se sienten al darlos.

#### Próximos pasos (5 min)

Reconoce a las personas participantes por asistir al taller y comparte con ellos los próximos pasos:

* Recibirás un reconocimiento por completar el entrenamiento;
* Recibirás un correo electrónico con el enlace a la App Formando Conciencia + y al Curso de WhatsApp;
* Dirigirás la sesión de integración e informarás sobre la asistencia a dicha sesión;

¡Agradecerle a todas las personas facilitadoras por haber participado en el taller! ¡Reconoce y halaga sus esfuerzos y contribuciones!

##### 

#### 

#### Discutir la Actividad para Casa para las Personas Asesoras

Aquí finaliza el taller de entrenamiento para personas facilitadoras. Las personas asesoras recibirán entrenamiento adicional durante los próximos dos días.

Instrucciones

Asígnales a las personas asesoras las siguientes actividades para casa:

* Leer el Manual para Personas Asesoras
* Completar otro curso del Curso de WhatsApp de Crianza con Conciencia+

## Día 3 y 4: Programa del Taller para Personas Asesoras

#### Objetivos del Taller para Asesoramiento

* Cada participante podrá articular cómo funciona el programa de Crianza con Conciencia+.
* Cada participante tendrá conocimiento exhaustivo sobre el rol y los beneficios de las personas asesoras en el programa.
* Cada participante podrá utilizar la estrategia de ACEPTAR, EXPLORAR, CONECTAR y PRACTICAR efectivamente en su sesión de asesoría.
* Cada participante podrá impartir la sesión de asesoría con eficacia.

#### 

| Día 3: Programa del Taller para Personas Asesoras | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Módulo 1: Bienvenida | | * Bienvenida y Pausa * Concientización Emocional * Resumen general del taller para personas asesoras y su logística * Reflexión y Discusión sobre el Taller para Personas Facilitadoras | | 45 min | |
|
| Módulo 2: Reglas para el Grupo, Objetivos, Funciones y el Plan de Asesorías | | * Objetivos y expectativas de las personas asesoras * Actividad de Mapeo   + ¿Cómo funciona el programa de Crianza con Conciencia+?   + El objetivo general del programa * Habilidades básicas para la facilitación y el asesoramiento efectivo * Beneficios del asesoramiento * Pasos para llevar a cabo una sesión de asesoría | | 1 hora | |
| Descanso (20 min) | | | | | |
| Módulo 3: A-E-C-P en Asesorías | | * Repaso de A-E-C-P para la sesión de asesoría | | 30 min | |
| Módulo 3: Modelar la Sesión de Asesoría | | * Modelar la sesión de asesoría * Retroalimentación con las observaciones del grupo | | 1 hora 10 min | |
|
| Cierre | | * Reflexión sobre la sesión * Preguntas de la sesión * Compartir Una Cosa que Aprendiste Hoy * Círculo de Agradecimiento * Haz una Pausa | | 15 min | |
|
|

#### Día 4: Sesión de Asesoría

| Día 4: Programa del Taller para Personas Asesoras | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Tiempo | |
| Actividades al Comienzo del Día | | * Bienvenida y Pausa * Concientización Emocional * Reflexión sobre el entrenamiento de personas asesoras del día anterior | | 30 min | |
|
| Módulo 4: Práctica de la Sesión de Asesoría | | * Práctica de sesiones de asesoría en grupos pequeños * Retroalimentación con las observaciones del grupo | | 1 hora 15 min | |
| Descanso (20 min) | | | | | |
| Módulo 5: Solución de Problemas | | * Identificar posibles desafíos o retos * Discutir posibles soluciones * Poner en práctica las soluciones en un grupo | | 1 hora | |
|
| Módulo 6: Asesorías a Distancia | | * Comentar cómo adaptarse a la plataforma para impartir el programa a distancia * Solución de problemas potenciales utilizando la plataforma (por ejemplo, Zoom)   + Problemas logísticos: Mala conexión a internet   + Participación   + Poca/ninguna participación   + Personas hablando al mismo tiempo   + Manejo de niñas, niños y adolescentes   + Distracciones | | 40 min | |
|
|
|
|
|
|
| Reflexión Final | | * Reflexión sobre el taller de entrenamiento * Ejercicio de Amabilidad y Cariño * Círculo de Agradecimiento * Siguientes Pasos | | 15 min | |

#### 

#### 

## 

## Apéndice

### Lista de Palabras Clave para el chatbot de Crianza con Conciencia +

#### Para la Formación de Facilitadores

| FACENTRENAR | Inicia el programa |
| --- | --- |
| FACNUEVO | Día Nuevo |
| FACREANUDAR | Reiniciar |
| SIGUIENTE | Continuar |
| MENÚ | Menú |

#### Para los Usuarios

| FORMANDO | Da inicio al programa en todos los estados, excepto Chihuahua |
| --- | --- |
| AFECTIVA | Da inicio al programa para Chihuahua |
| ID | Compartir la identificación de investigación |
| SIGUIENTE | Continuar |
| MENÚ | Menú |
| AYUDA | Ayuda |

**Nota:** las personas facilitadoras no deben usar las palabras clave destinadas para los usuarios y viceversa. Podría resultar en complicaciones en los datos de participación.