# {Being a More Responsible and Involved Caregiver}

| {Lesson: Listen and Talking to Each Other} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Hola! Qué gusto verte de nuevo por aquí Crianza con Conciencia Positiva.  El curso que estás por comenzar trata sobre mantener una relación sana con tu pareja.  En la sesión de hoy, aprenderemos a escuchar y a platicar con nuestras parejas de forma positiva.  Escuchar y platicar con las personas que nos rodean es clave para tener paz y tranquilidad en el hogar.  ¡Exploremos la primera sesión! Comencemos: | Platicar y Escucharse Mutuamente |  |
| Aquí tienes algunas estrategias sobre cómo tu pareja y tú pueden escucharse y hablar el uno con el otro de manera comprensiva y cariñosa:  Primero, debes escuchar a tu pareja. Intenta darte cuenta de cómo se siente tu pareja cuando habla contigo.  Escucha con la mente abierta e intenta no juzgarles. Pregúntate: "¿Qué es lo que necesita?".  Si escuchas a tu pareja con una mente abierta, será más fácil saber cómo le puedes apoyar.  Luego, comparte cómo te sientes tú. Es bueno que tú también le compartas tu sentir.  ¡Compartir cómo nos sentimos y hablar sobre las dificultades a las que nos enfrentamos es una señal de fortaleza y ayuda a que todas y todos los miembros de la familia sean más resilientes!  Al compartir nuestras emociones, comprendemos mejor a las y los demás, así como también nos hacemos conscientes de que somos capaces de apoyarnos mutuamente.  [pausa]  Nuestra tercera estrategia es que seas amable contigo y con tu pareja. Recuerda que son un equipo. Ser amable y gentil demuestra fortaleza interior.  El contacto físico, ya sea un abrazo o decirle a tu pareja o a ti mismo "me importas", puede hacer la diferencia.  [3] En tercer lugar, sé amable contigo.  Empezar algo nuevo puede ser difícil. Date tiempo a ti y a las y los demás para acostumbrarse.  [pausa]  [4] Cuarto, busca un momento en el que te sientas a gusto y en paz.  No pasa nada si no siempre quieres compartir tus emociones y sentimientos.  Puedes optar por compartir cómo te sientes en otro momento de mayor paz y tranquilidad. | ESCUCHAR A TU PAREJA  COMPARTIR CÓMO TE SIENTES  SER AMABLE CONTIGO Y CON TU PAREJA  ESCOGER UN MOMENTO EN EL QUE TE SIENTAS A GUSTO | Animate words to text. |
| La Actividad para Casa del día de hoy consiste en intentar apartar un poco de tiempo para platicar con tu pareja sobre tus sentimientos y las dificultades a las que te enfrentas. ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Platicar y Escucharse Mutuamente  ACTIVIDAD PARA CASA  Comparte tus sentimientos y dificultades con tu pareja |  |

# 

| {Lesson: Making Decisions Together} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Hola! qué gusto verte de nuevo en Crianza con Conciencia Positiva.  El día de hoy, hablaremos sobre cómo tu pareja y tú pueden tomar decisiones en conjunto.  [pausa]  Al tomar decisiones en conjunto, refuerzan su relación de pareja a través de mejorar su comunicación y demostrarse respeto mutuo. Esto también ayuda a que sus niñas y niños se sientan amados y en un espacio seguro.  ¡Comencemos! | Tomar Decisiones en Conjunto |  |
| Aquí tienes algunos pasos que tu pareja y tú pueden seguir para comunicarse mejor y tomar decisiones en equipo:  COMPARTIR LA TOMA DE DECISIONES  [pausa]  INVOLUCRAR A TU PAREJA  [pausa]  ESTAR SINCRONIZADOS HACE LA DIFERENCIA  [pausa]  PRACTICAR AYUDA A MEJORAR  [pausa] | COMPARTIR LA TOMA DE DECISIONES  INVOLUCRAR A TU PAREJA  ESTAR SINCRONIZADOS HACE LA DIFERENCIA  PRACTICAR AYUDA A MEJORAR |  |
| En primer lugar, compartan la toma de decisiones.  La próxima vez, antes de tomar una decisión, habla con tu pareja siendo un equipo.  Pregúntale a tu pareja lo que piensa, y compártele tus pensamientos también.  Consideren las opciones que tienen y lleguen a un acuerdo.    [pausa]  En segundo lugar, involucra a tu pareja.  A veces puede ser difícil acordarnos de involucrar a nuestras parejas en la toma de decisiones.  ¡Si se te olvida, platícalo con tu pareja y sigan intentándolo!  Es importante que ambos participen y compartan las responsabilidades de la familia. Esto demuestra que ambos se preocupan el uno por el otro y que quieren estar involucrados.  [pausa] | ^ | Animate words to text. |
| En tercer lugar, estar sincronizados hace la diferencia.  Si tienes que tomar una decisión, menciónala en un momento en que tu pareja y tú no estén muy ocupados, puede ser por la mañana o por la noche.  Encuentra un momento en el que ambos estén en un momento tranquilo y tengan la disposición de escuchar y platicar.  Si la conversación empieza a complicarse, pueden ponerse de acuerdo para hacer una pausa y buscar otro momento para seguir platicando.  Recuerda tomar en cuenta las distintas opciones que tienes y considerar lo que más le convenga a tu familia.  [pausa]  En cuarto lugar, practicar nos ayuda a mejorar.  Puede tomar tiempo el acostumbrarse a tomar decisiones como equipo.  ¡Dense tiempo y sigan intentándolo!  Está bien no ser perfectos. Ambos pueden cometer errores, y no pasa nada. Reconozcan sus errores y vuelvan a intentarlo.  Recuerda que al seguir comunicándote con tu pareja, con el tiempo, ambos empezarán sobrellevar mejor las discusiones y compartiendo la toma de decisiones.  [pausa] | ^ | ^ |
| Tu Actividad para Casa del día de hoy consiste en involucrar a tu pareja en una decisión que tomes en este día. ¿Puedes hacerlo? | Tomar Decisiones en Conjunto  ACTIVIDAD PARA CASA  Involucra a tu pareja en una decisión que tomes hoy |  |

| {Lesson: Being a Supportive Partner and Father} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¡qué gusto tenerte de nuevo por aquí en Crianza con Conciencia Positiva!  Hoy aprenderemos cómo compartir la crianza con otra persona para demostrar apoyo y estar presente. Cuando las madres, los padres y las personas cuidadoras hacen equipo y se comprometen en la crianza de sus niñas, niños y adolescentes, todas y todos salen beneficiados.  Aquí tienes algunas estrategias sencillas para compartir la crianza con otra persona y demostrar apoyo y confianza en sí mismo.  Empecemos. | Apoyarse Mutuamente como Pareja |  |
| [1] En primer lugar, debes prestar atención.  Intenta estar consciente de cómo se siente tu pareja y darte cuenta si necesita de tu apoyo.  Cuando estés platicando con tu pareja, dale toda tu atención.  [pausa]  [2] Segundo, trabajen juntos.  Si no sabes cómo colaborar con tu pareja, intenta preguntarle y platicarlo. Al preguntar, ¡demuestras que realmente te importa y que quieres involucrarte más!  [pausa]  [3] En tercer lugar, ofrece ayuda.  A veces, puede ser difícil acordarnos de preguntarles a nuestras parejas si necesitan ayuda.  Puede ser tan sencillo como preguntar: "¿Cómo te puedo ayudar?". Intenta escucharles y responder de manera solidaria.  [pausa]  [4] Por último, es bueno solicitar apoyo.  También es importante saber pedir apoyo cuando lo necesites. A veces, esperamos que nuestras parejas sepan que necesitamos apoyo aunque no se lo pidamos. Cuando necesites ayuda, cuéntale a tu pareja cómo te sientes y dile qué es lo que te preocupa. Esto les ayuda a entender cuáles son tus necesidades.  Una vez que empieces a pedir ayuda, ¡lo más probable es que empiecen a ofrecerte más apoyo en el futuro!  [pausa]  ¡Acuérdate de agradecerle a tu pareja! | PRESTAR ATENCIÓN  TRABAJAR JUNTOS  OFRECER AYUDA  SOLICITAR APOYO | Animate words to text. |
| Tu Actividad para Casa consiste en empezar a identificar los momentos en que tu pareja necesita apoyo. Pregúntales qué necesitan y prepárate para escuchar con atención. ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Apoyarse Mutuamente como Pareja  ACTIVIDAD PARA CASA  Identificar los momentos en que tu pareja necesita apoyo |  |

| {Lesson: Role of Fathers in Caregiving} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, nos alegra verte de nuevo en Crianza con Conciencia Positiva.  Hoy vamos a aprender cómo puedes involucrarte más en tus responsabilidades como cuidador.  Participar en las responsabilidades de cuidados y de crianza puede mejorar la relación con tu niña o niño y hacer que la vida sea menos estresante para ti y para tu pareja. ¡También, mejorará tu experiencia durante la paternidad!  Aquí tienes algunas formas sencillas de involucrarte más en las responsabilidades de crianza y en los cuidados: Crear una rutina, hablar sobre la carga de trabajo con tu pareja y ofrecer ayuda.  ¡Comencemos! | El Rol de la Paternidad en la Crianza |  |
| [1] Primero, debemos crear una rutina.  ¡Estas cosas pueden ser difíciles de recordar! Puede ser muy útil el establecer una rutina en torno a las actividades de la casa o de crianza.  [pausa]  Incluso cinco minutos al día con cada niña o niño pueden hacer la diferencia.  [pausa]  [2] A continuación, habla sobre la carga de trabajo con tu pareja.  Hablar con tu pareja sobre cómo te puedes involucrar un poco más en los cuidados y la crianza ayuda a que ambos se entiendan mejor. ¡También demuestra que realmente te importa!  [pausa]  [3] Por último, recuerda ofrecer ayuda.  Puede resultar un poco difícil acordarnos de ofrecer ayuda. Sé amable contigo si te olvidas de pedir apoyo y vuelve a intentarlo en otra ocasión. ¡Ofrecer apoyo al involucrarse más en las responsabilidades del cuidado y de la crianza beneficia a toda la familia! | ESTABLECER UNA RUTINA  HABLAR SOBRE LA CARGA DE TRABAJO  OFRECER AYUDA | Animate words to text. |
| ¡Tu Actividad para Casa consiste en platicar con tu pareja y discutir varias maneras de involucrarte en el cuidado, en la crianza y en las responsabilidades del hogar! ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | El Rol de la Paternidad en la Crianza  ACTIVIDAD PARA CASA  Discutir varias maneras de involucrarte en el cuidado, en la crianza y en las responsabilidades del hogar con tu pareja |  |

| {Lesson: Resolving Conflicts Peacefully} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Te damos la bienvenida una vez más a Crianza con Conciencia Positiva!  El día de hoy aprenderemos cómo resolver conflictos de manera pacífica entre tu pareja y tú.  Todas las personas adultas tenemos desacuerdos de vez en cuando. Las peleas y discusiones no son una forma eficaz de resolver los problemas. Aprender a responder con calma cuando tengas un desacuerdo con tu pareja puede ayudarte a crear un hogar más tranquilo, en donde se respire paz.  ¡Acompáñame para saber más! | Resolver Conflictos Pacíficamente |  |
| Aquí tienes algunas estrategias que puedes probar para resolver pacíficamente los conflictos con tu pareja.  [1] Primero, haz una pausa.  El primer día de Crianza con Conciencia +, aprendiste a cerrar los ojos, respirar profundamente y hacer una pausa.  Hacer una pausa antes de responder puede ayudarte a mantener la calma y a contestar mejor en otro momento o más tarde.  Tómate un momento para darte cuenta de cómo te sientes y de lo que estás pensando.  Cuando sientas que se está acumulando el enojo, intenta hacer una pausa. ¡Tú puedes!  [pausa]  [2] Luego, comparte cómo te sientes.  Comparte cómo te sientes de forma tranquila. Puedes empezar diciendo algo como "Me siento…"  Intenta enfocarte en cómo te sientes tú y no en lo que tu pareja dice o hace.  Pregúntate qué necesitas. Intenta identificar lo que tu pareja necesita también.  [pausa]  [3] Por último, aléjate si es necesario.  A veces, las personas nos responden negativamente cuando estamos discutiendo o en un desacuerdo.  En estas situaciones, sobre todo si sientes miedo o peligro, puede ser mejor que te alejes un rato hasta que todo se haya calmado. Recuerda que, si necesitas ayuda en una crisis, puedes escribir AYUDA en Crianza con Conciencia Positiva para recibir una lista de recursos que ofrece tu localidad donde puedes encontrar apoyo. | HACER UNA PAUSA o respirar profundamente un par de veces  COMPARTIR CÓMO TE SIENTES de forma tranquila  ALEJARSE si es necesario | Animate words to text.  Add animation of phone with HELP on it according to text. |
| Recuerda que, si necesitas ayuda en una crisis, puedes escribir AYUDA en Crianza con Conciencia Positiva para recibir una lista de recursos que ofrece tu localidad donde puedes encontrar apoyo. | AYUDA | Add animation of phone with HELP on it |
| La Actividad para Casa del día de hoy consiste en practicar el hacer una pausa. ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Resolver Conflictos Pacíficamente  HACER UNA PAUSA  COMPARTIR CÓMO TE SIENTES  ALEJARSE SI ES NECESARIO  ACTIVIDAD PARA CASA  Haz una Pausa hoy |  |

{Course: Understand Child Development}

| {Lesson: The Power of Play} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, regresaste a Crianza con Conciencia Positiva, ¡fantástico!  El día de hoy aprenderemos sobre cómo ayudar a tu niña o niño a disfrutar de su aprendizaje convirtiéndolo en algo lúdico y divertido.  Jugar con tu niña o niño es importante para su desarrollo y aprendizaje dentro y fuera de la escuela. Esto aplica para TODAS y TODOS, niñas y niños, incluyendo aquellos con discapacidades físicas o dificultades en su desarrollo.  ¿Sabías que jugar también le ayuda a tu niña o niño a aprender valores y normas sociales?  Aquí tienes 2 estrategias para hacer que el aprendizaje sea lúdico y divertido para tu niña o niño:  Activarse  [Pause]  y Permitir la Creatividad [Pause]  Empecemos. | El Poder del Juego  ACTIVARSE   PERMITIR LA CREATIVIDAD |  |
| Primero que nada, es importante activarse.  En pocas palabras, ¡jueguen!  [Pause]  Hacer tiempo para que tu niña o niño juegue y se divierta mejorará su salud física y mental.  [Pause]  También le ayudará a aprender datos importantes y a recordarlos con más facilidad. Qué buena onda, ¿no?  Si tu niña o niño empieza a sentirse mal por algo que haya pasado en su día, ayúdale a reducir su estrés al respirar profundo y hablar sobre sus sentimientos o al jugar algo entre ustedes dos.  [pausa]  Toma en cuenta los intereses de tu niña o niño en tus sesiones de juego o ejercicio físico para ayudarles a participar activamente. Empieza con algo sencillo y luego, poco a poco, hazlo más complejo.  [Pause]  En segundo lugar, permite la creatividad.  Permitir que tu niña o niño exhiba creatividad durante el juego es muy importante también. Por ejemplo, puedes animarle a dibujar o a salir de la casa.  [Pause]  Si a tu niña o niño le interesa un tema nuevo, háblale de eso y ayúdale a explorarlo a través del juego.  Recuerda que tu niña o niño te observa y aprende de ti, así que dale un buen ejemplo. Deja que te vea explorando tu creatividad y busca hacer cosas nuevas, aunque todavía no se te den bien. | ACTIVARSE   PERMITIR LA CREATIVIDAD | Animate words to text |
| En tu Actividad para Casa, invita a tu niña o niño a jugar contigo hoy. Anímale a hacer preguntas y a explorar cosas nuevas a través del juego. ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | El Poder del Juego  Actividad para Casa:  Juega con tu niña o niño |  |

| {Lesson: Learning from Experience} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Te damos la bienvenida una vez más a Crianza con Conciencia Positiva!  La sesión de habilidades de crianza para el día de hoy trata sobre cómo ayudar a tu niña o niño a aprender de sus errores. Aprender de nuestros errores puede ayudarnos a evitarlos en el futuro. También nos ayuda a ser más comprensivos y menos duros con nosotros mismos cuando las cosas no salen bien.  [Pause]  Aquí tienes cuatro estrategias que puedes usar para ayudar a tu niña o niño a aprender de sus errores:  Platicar  [pausa]  halagar el esfuerzo  [pausa]  permitir que los errores sucedan  [pause] y compartir  ¡Aprendamos más sobre esto! | Aprender de la Experiencia  PLATICAR   HALAGAR EL ESFUERZO   PERMITIR LOS ERRORES  COMPARTIR |  |
| Primero, platiquen.  Puedes empezar por habilitar un tiempo y espacio para que tu niña o niño pueda hablar contigo sobre su vida. Pregúntale sobre la escuela, sus amigos, lo que le gusta y lo que le desagrada.  [pausa]  Si tuvo un día difícil, escucha con atención y dale un espacio en donde pueda compartir lo que siente y piensa.  [pausa]  Después de eso, es importante mostrarles tu apoyo y tu cariño. Puedes decirles: "se escucha difícil". Es importante aceptar lo que dice sin juzgarle. | PLATICA y deja que compartan. |  |
| La segunda estrategia es: halagar sus esfuerzos.  Insiste en halagar a tu adolescente por el esfuerzo que invierte en su aprendizaje aunque no siempre cumpla su cometido.  [pausa]  Recuerda que el esfuerzo es más importante que el simple hecho de dominar una habilidad específica. | HALAGA EL ESFUERZO, aún cuando no hayan logrado su cometido. |  |
| A continuación, permite que los errores sucedan.  Desde un inicio, deja que tu niña o niño se equivoque. Esto les permite aprender de sus propios errores y les ayuda en su formación y en su crecimiento.  [Pause]  Puede que quieras resolverle todos los problemas a tu niña o niño, sobre todo cuando sabes que tienes la solución. Pero esto no le enseñará a resolver sus propios problemas.  [Pause]  En vez de eso, habla con tu niña o niño sobre sus errores y permite que encuentre una forma de resolver sus problemas y hacerlo mejor para la próxima vez. | PERMITE QUE LOS ERRORES sucedan Deja que tu niña o niño encuentre una forma de resolver el problema. |  |
| Finalmente, comparte.  Intenta compartir tus propios fracasos y experiencias con tu niña o niño y habla de cómo te ayudaron a desarrollarte y a crecer como persona.  [Pause]  Esto le ayuda a tu niña o niño a aprender que no tiene que buscar la perfección todo el tiempo. | COMPARTE tus propios errores y fracasos |  |
| Para ayudar a tu niña o niño a aprender a partir de la experiencia recuerda:  Platicar  [pausa]  Halagar el Esfuerzo  [Pause]  Permitir los Errores  [pausa]  Y Compartir.  Tu Actividad para Casa consiste en compartir una historia con tu niña o niño sobre una ocasión en la que aprendiste de tus errores. Puede ser algo de cuando tú misma eras niña o niño u otra lección de vida.  ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Aprender de la Experiencia  PLATICAR   HALAGAR EL ESFUERZO   PERMITIR LOS ERRORES  COMPARTIR  ACTIVIDAD PARA CASA:  Compartir una historia con tu niña o niño sobre una ocasión en la que aprendiste de tus errores |  |

| {Lesson: How Your Toddler is Changing} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¡qué gusto verte de nuevo en Crianza con Conciencia Positiva!  En esta sesión, te ayudaremos a apoyar el desarrollo saludable de tu niña o niño a medida que van creciendo y cambiando.   Las niñas y los niños tienen habilidades diferentes en las distintas etapas de su desarrollo. Es importante estar consciente de sus habilidades en esta etapa de su desarrollo.    Esto te ayudará a planificar sus actividades para que se ajusten a lo que puede hacer y también te ayuda a tener objetivos realistas.  En esta etapa del desarrollo, las niñas y los niños sienten curiosidad por lo que les rodea y quieren aprender a hacer cosas por sí mismos.  [Pause]  A medida que van creciendo, empezarán a explorar más el mundo y a expresarse utilizando sus emociones y el lenguaje también.  Para favorecer el desarrollo saludable de tu niña o niño, usa estas 3 estrategias:  Ser paciente,  [pausa]  explorar con cuidado  [pausa]  y motivar a compartir.  ¿Quieres saber más? | Conocer los Cambios de Tu Niña o Niño  SER PACIENTE   EXPLORAR CON CUIDADO   MOTIVAR A COMPARTIR |  |
| Primero, hay que ser pacientes.  Ten paciencia mientras aprenden cosas nuevas. Puede que les cueste al principio, pero con el tiempo y la práctica lo conseguirán.  [Pause]  También puedes mostrarle tu apoyo ayudándole a dividir las tareas grandes en tareas más pequeñas que sean adecuadas para su edad.  [Pause].  Recuerda usar palabras de aliento para darle motivación y ¡halaga cada paso que dé!  [Pause]  Puede que tu niña o niño exprese sus sentimientos dramáticamente. ¡Está bien! Con el tiempo, aprenderá a manejar sus emociones.  [pausa]  La segunda estrategia es explorar con cuidado.  [pausa]  Tu niña o niño expresará mayor curiosidad y hará más cosas por su cuenta al observar el mundo que le rodea. ¡Sé consciente de lo que hace y anímale a experimentar actividades divertidas de forma segura!  [pausa]  Fomenta que tu niña o niño aprenda a hacer tareas de manera independiente, como peinarse, vestirse por su cuenta o amarrarse las agujetas de los zapatos. Enséñale cómo hacerlo de manera segura al darle un buen ejemplo.  [pausa]  En tercer lugar, motívale a compartir.  Usa los juegos como herramienta para enseñarle a tu niña o niño a respetar los turnos y a compartir. Puede que al principio no les guste perder, pero puedes demostrarles que lo más importante es divertirse.  [pausa]  Asegúrate de halagar a tu niña o niño cuando comparta sus cosas con las y los demás y muestra una actitud positiva cuando pierda en algún juego. | SER PACIENTE   EXPLORAR CON CUIDADO   MOTIVAR A COMPARTIR |  |
| ¡Tu niña o niño está cambiando y tú estás haciendo un gran trabajo ayudándole a crecer!  Tu Actividad para Casa consiste en completar la evaluación de desarrollo de tu niña o niño. Para empezar, escribe CRECER ¿Puedes completar la evaluación hoy? | Conocer los Cambios de Tu Niña o Niño  ACTIVIDAD PARA CASA  Completa la evaluación del desarrollo de tu niña o niño  Escribe CRECER para empezar | Phone with GROW on it appears on screen with text. |

| {Lesson: How Your Young Girl or Boy is Changing} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¡qué gusto verte de nuevo por aquí en Crianza con Conciencia Positiva!  La sesión de habilidades de crianza para el día de hoy trata sobre herramientas que puedes usar para favorecer el desarrollo saludable de tu niña o niño a medida que crece y va cambiando.   Las niñas y los niños tienen habilidades diferentes en las distintas etapas de su desarrollo. Es importante estar consciente de sus habilidades para esta etapa.  Esto te ayudará a planificar sus actividades para que se ajusten a lo que puede hacer y también te ayuda a tener objetivos realistas.  En esta etapa del desarrollo, a las niñas y a los niños les encanta jugar y aprender mediante actividades. Mediante estas actividades, aprenden valores sociales. Y, tendrán muchas preguntas sobre su entorno.  Aquí tienes dos estrategias para favorecer el desarrollo saludable de tu niña o niño en esta etapa:  aprender jugando  [pausa]  y apoyar su curiosidad.  ¿Quieres saber más? | Conocer los Cambios de Tu Niña o Niño  APRENDER JUGANDO   APOYAR LA CURIOSIDAD |  |
| En primer lugar, busquen aprender a través del juego.  ¡Jueguen, jueguen y jueguen! Tu niña o niño desarrollará relaciones con otras niñas y niños y entenderá las normas sociales a través del juego.  [pausa]  Puede que a tu niña o niño no le guste perder, compartir o tomar turnos, ¡pero estas son cosas que se pueden enseñar! ¡Jugar es una forma estupenda de hacerlo! Halaga a tu niña o niño cuando siga las reglas o cuando acepte una derrota.  La segunda estrategia es apoyar su curiosidad.  Puede que a tu niña o niño le cueste un poco el poder distinguir entre la fantasía y la realidad, por lo que existe la posibilidad de que exagere más de lo necesario al expresar sus sentimientos. ¡No pasa nada! Puedes ayudarles a aprender cómo manejar sus emociones al nombrarlas, describir cómo se sienten en su cuerpo y aceptarlas.  También es posible que tu niña o niño hable mucho y tenga muchas preguntas. Puedes darles respuestas breves pero sinceras.  Tu niña o niño probablemente repita las preguntas o haga preguntas complementarias para saber más. Cuando esto pase, haz una pausa y mantén la calma mientras buscas fomentar su interés por aprender y, después, contéstale. | APRENDER JUGANDO   APOYAR LA CURIOSIDAD |  |
| ¡Tu niña o niño está creciendo y tú estás haciendo un gran trabajo ayudándole a crecer!  Tu Actividad para Casa consiste en completar la evaluación de desarrollo de tu niña o niño. Para empezar, escribe CRECER. ¿Puedes completar la evaluación hoy? | Conocer los Cambios de Tu Niña o Niño  ACTIVIDAD PARA CASA  Completa la evaluación del desarrollo de tu niña o niño  Escribe CRECER para empezar |  |

| {Lesson: How Your Girl or Boy is Changing} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¡qué gusto verte de nuevo en Crianza con Conciencia Positiva!  La sesión de hoy trata sobre darte herramientas para favorecer el desarrollo saludable de tu niña o niño a medida que crece y va cambiando.   Las niñas y los niños tienen habilidades diferentes en las distintas etapas de su desarrollo. Es importante estar consciente de sus habilidades para esta etapa.  Esto te ayudará a planificar sus actividades para que se ajusten a lo que puede hacer y también te ayuda a tener objetivos realistas.  En esta etapa, las niñas y los niños empezarán a expresarse deseando independencia y confianza.  Empiezan a tomar sus propias decisiones y puede que le contesten a las personas adultas para demostrar que conocen las respuestas correctas. Al mismo tiempo, comenzarán a mostrar sus emociones a su manera.  Aquí tienes tres estrategias para favorecer el desarrollo sano de tu niña o niño a esta edad:  buscar amistades,  [pausa]  apoyar su curiosidad,  [pausa]  y confiar en tu niña o niño.  ¿Quieres saber más? | Conocer los Cambios de Tu Niña o Niño  BUSCAR AMISTADES   APOYAR SU CURIOSIDAD   CONFIAR EN TU NIÑA O NIÑO |  |
| En primer lugar, ayúdale a buscar buenas amistades.  [pausa]  A tu niña o niño le va a empezar a interesar pasar tiempo con diferentes niñas y niños.  [pausa]  Invita a tu niña o niño a hacer amistades que compartan sus intereses y entable relaciones con más niñas y niños.  [pausa]  También ayúdale a aprender a compartir y jugar con otras personas de forma divertida y segura.  En segundo lugar, apoya su curiosidad.  [pausa]  Tu niña o niño empezará a interesarse por aprender cosas nuevas en la escuela y puede que ya tenga sus materias favoritas. Anímale a que te pregunte a ti o a la maestra o el maestro sobre cualquier contenido que considere complicado.  [pausa]  Puede que tu niña o niño empiece a expresar interés por temas religiosos o espirituales. Cuando esto ocurra, puedes darle respuestas breves pero sinceras o buscar respuestas en otra parte, si no te las sabes.  [pausa]  Por último, confía en tu niña o niño.  [pausa]  Tu niña o niño puede empezar a tomar decisiones por su cuenta. Y va a querer que confíes en ella o en él. Presta atención a lo que quiere y luego establece reglas funcionales para la familia.  [pausa]  Por último, ¡asegúrate de halagar a tu niña o niño cuando siga las reglas! | BUSCAR AMISTADES   APOYAR LA CURIOSIDAD   CONFIAR EN TU NIÑA O NIÑO |  |
| ¡Tu niña o niño está cambiando y tú estás haciendo un gran trabajo ayudándole a crecer!  Tu Actividad para Casa consiste en completar la evaluación de desarrollo de tu niña o niño. Para empezar, escribe CRECER. ¿Puedes completar la evaluación hoy? | Conocer los cambios de tu niña o niño  Actividad para Casa  Completa la evaluación del desarrollo de tu niña o niño  Escribe CRECER para empezar |  |

{Course: Manage my Girl’s or Boy’s Behaviour}

| {Lesson: Keeping it Positive} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¡qué gusto tenerte por aquí otra vez en Crianza con Conciencia Positiva!   La sesión de hoy trata sobre cómo ayudar a tu niña o niño a seguir instrucciones.  A la hora de dar instrucciones, hacerlo de forma efectiva, puede hacer que las cosas sean más tranquilas y pacíficas en casa.    Aquí tienes tres estrategias para saber cómo ayudar a tu niña o niño a seguir instrucciones con mayor frecuencia: | Mantenerlo Positivo |  |
| Para empezar, busca utilizar palabras específicas.  Puntualiza el comportamiento que quieres que tu niña o niño haga. Por ejemplo: "Por favor, pon la mochila en la silla cuando entres a la casa, Luis".  Recuerda usar el nombre de tu niña o niño para obtener su atención. Ponte a la altura de su mirada para que hagan contacto visual  [pausa] | ESPECIFICAR LO QUE QUIERES  ✅"Por favor, pon la mochila en la silla cuando entres a casa, Luis." | Animar palabras del texto. |
| Después, sé realista.  Asegúrate de que la instrucción es algo que tu niña o niño puede hacer. Da una instrucción a la vez. ¡Puede que a tu niña o niño le resulte difícil recordar tantas instrucciones juntas! Si es posible, da un aviso de tiempo para preparar a tu niña o niño para el fin de la actividad: "En 3 minutos será la hora de acostarse y deberás regresarme el celular". Mantén la calma y recuerda que esperar la perfección aumenta el estrés para todas y todos. En lugar de eso, trata cada momento como una oportunidad para aprender y enseñar. | SER REALISTA  ✅"Dentro de 3 minutos, será la hora de acostarse y me regresarás el celular." | ^ |
| Por último, busca ser positivo.  Usa palabras en positivo cuando des instrucciones. Por ejemplo, en vez de decir "No grites", di "Baja un poco la voz". Da las instrucciones con una voz firme y mantén la calma. Haz las cosas como si esperaras que tu niña o niño hiciera lo que le pides.  Recuerda: ¡halagar, halagar, halagar! Asegúrate de halagar a tu niña o niño inmediatamente después de que sigan tus instrucciones.  Si se te llega a olvidar, sé amable contigo. Aprender a dar instrucciones en positivo no es fácil, ¡pero funciona! | SER POSITIVO  ✅"Habla con una voz tranquila" | ^ |
| En tu Actividad para Casa, intenta darle instrucciones específicas, realistas y positivas a tu niña o niño.  ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Mantenerlo en Positivo  Actividad para Casa:  Dale instrucciones específicas, realistas y positivas a tu niña o niño |  |

| {Lesson: Creating Family Rules} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Hola!  La sesión de habilidades de crianza para el día de hoy trata sobre establecer reglas y normas familiares con tus niñas y niños. Cuando establezcas reglas familiares con tus niñas y niños, recuerda estas cuatro estrategias:  SER UN EQUIPO  [pausa]  Mantenerlo Realista  [pausa]  SER CONSTANTES  [Pause]  ¡Halagar, Halagar, Halagar!  ¡Aprendamos un poco más! | Crear Reglas para la Familia   1. SER EQUIPO 2. SER REALISTA 3. SER CONSTANTE 4. HALAGAR, HALAGAR, HALAGAR |  |
| [1] Primero, propónganse Ser un Equipo.  [pausa]  Crea y establece las reglas con tu niña o niño. Puedes escribirlas o usar imágenes cuando sea necesario para ayudarle a que las entienda mejor. Elaboren una regla a la vez. Hablen sobre las razones por las que se crea esa regla. Escucha su punto de vista.  [Pause]  [2] A continuación, busca Ser Realista.  [pausa]  Procura que las reglas sean realistas. Considera lo que realmente es capaz de cumplir tu niña o niño. Al explicarle lo que quieres que haga, exprésate con claridad y precisión. Asegúrate de que la regla es justa. Explica el motivo de la regla y cuáles serían las consecuencias positivas por seguirla. | SER EQUIPO  Propónganse crear las reglas en conjunto  SER REALISTA  Procura que tus reglas sean realistas, claras, específicas y justas | Animate words to text. |
| [3] El Paso 3 es ser constante.  [pausa]  Una vez que establezcas una regla, apégate a ella. Esto aumentará la probabilidad de que sigan la regla. Si la regla te incluye, es importante que tú también la cumplas.  [4] Por último, halagar, halagar, y halagar. Reconoce y halaga a tu niña o niño por establecer una regla familiar contigo. Halaga a tu niña o niño cuando siga la regla, ¡igual que cuando se porta bien! | SER CONSTANTE  Asegúrate de que tu niña o niño y tú siguen las reglas con regularidad.  HALAGAR, HALAGAR, HALAGAR  Halaga a tu niña o niño siempre que te des cuenta de que se apega a la regla | ^ |
| Recuerda:[pause]  [1] Ser un equipo y crear las reglas en conjunto.  [2] Mantener las reglas realistas y concisas.  [3] Apegarse a las reglas constantemente.  [4] Halagar a tu niña o niño con frecuencia. Reconócele cuando te ayude a establecer la regla y cuando la cumpla también.  Tu Actividad para Casa consiste en crear, al menos, una regla familiar con tu niña o niño. ¿Puedes hacerlo hoy? | Crear Reglas para la Familia   1. SER EQUIPO 2. MANTENERLO REALISTA 3. SER CONSTANTE 4. HALAGAR CON FRECUENCIA   ACTIVIDAD PARA CASA  Crear una regla familiar con tu niña o niño |  |

| {Lesson:Managing Demanding Behaviours} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text |  |
| Hola, nos da gusto verte de nuevo en Crianza con Conciencia Positiva. Esta sesión trata sobre qué hacer cuando las niñas y los niños buscan atención con comportamientos disruptivos y demandantes.    Hay cinco estrategias que puedes usar cuando tu niña o niño se queje o haga berrinche:  Redirigir,  [pausa]  saber qué ignorar,  [pausa]  ignorar el comportamiento, no a tu niña o niño,  [pausa]  halagar lo positivo,  [pausa]  y ser constante.    Aprendamos más sobre esto. | Estrategias para Reducir Problemas de Comportamiento  REDIRIGIR  MANTENER LA CALMA  OBSERVAR  CUIDAR  SER CONSTANTE |  |
| En primer lugar, debemos redirigir.    Intenta redirigir la atención de tu niña o niño hacia una conducta o actividad positiva. ¡Recuerda halagar y reconocer el comportamiento positivo!  ¡Halágale por este comportamiento positivo!  En el primer curso de Crianza con Conciencia Positiva, aprendiste sobre la redirección. | REDIRIGIR la atención de tu niña o niño hacia una actividad positiva |  |
| En segundo lugar, ¡mantén la calma!      Haz una pausa. Aunque sean unas cuantas respiraciones profundas pueden hacer la diferencia. Esto te ayudará a mantener la calma y a ver lo que tu niña o niño necesita con más claridad.  Es muy tentador y, sinceramente, fácil, que tu reacción baje al nivel de la reacción de tu niña o niño al gritarle, sobre todo cuando el berrinche no se detiene o tienes mucho cansancio y se te está acabando la paciencia.  Intenta tener preparado un plan para ayudarte en situaciones en las que sientas que vas a explotar y gritar.  Quédate cerca de tu niña o niño y procura ser una presencia reconfortante. Tu niña o niño también se tranquilizará si tú mantienes la calma. Puede que no sea fácil de hacer, ¡pero funciona! | MANTENER LA CALMA   Haz una Pausa para mantener la calma.  Quédate cerca de tu niña o niño y procura ser una presencia reconfortante. | Animate words to text. |
| Después, debes observar a tu niña o niño.    Pregúntate: "¿Qué es lo que mi niña o niño realmente necesita en este momento? ¿Tendrá cansancio, estrés o miedo?"  La mayoría de las veces, puede ser que lo que necesita tu niña o niño es atención o cariño.  Puedes dárselo sin ceder a sus exigencias si es que se está quejando por algo que no pueden tener. | OBSERVAR  Pregúntate qué es lo que necesita tu niña o niño en ese momento |  |
| En cuarto lugar, cuidar.    Una vez que tu niña o niño se haya calmado después de un berrinche, necesitará mucho cariño y atención positiva. Pueden hablar sobre lo que pasó más tarde o al día siguiente. Por el momento, haz una actividad positiva con tu niña o niño. | CUIDAR  Ya que esté en calma, dale a tu niña o niño mucho cariño y atención positiva  Haz una actividad positiva con tu niña o niño |  |
| Finalmente, buscar siempre ser constante.    Aunque el comportamiento de tu niña o niño empeore al principio, cuando no estás cediendo a lo que quiere, es importante mantener la calma sin discutir ni gritarle a tu niña o niño.  Puedes explicar, con calma, la razón por la que tu niña o niño no puede tener eso que quiere, pero hazlo una sola vez, sin entrar en debates ni discusiones.  Con el paso del tiempo, tu niña o niño aprenderá a calmarse por su cuenta.    [pausa]  Dedícale mucho tiempo positivo a tu niña o niño, sobre todo tiempo positivo uno a uno. ¡Es muy importante! | SER CONSTANTE  Pasar tiempo positivo, Uno a Uno |  |
| Tu Actividad para Casa consiste en encontrar una cosa positiva que tu niña o niño haga hoy y halagarle por ello. Si tu niña o niño empieza a quejarse o a hacer berrinche por algo, intenta utilizar las estrategias de esta sesión para redirigir, mantener la calma, observar y cuidar. Puede que al principio no sea fácil, ¡pero tú puedes hacerlo!    ¿Puedes encontrar algo por lo que puedas halagar a tu niña o niño hoy? | Estrategias para Reducir Problemas de Comportamiento  ACTIVIDAD PARA CASA  Encuentra una cosa positiva que haga hoy tu niña o niño y halágale por ello |  |

| {Lesson: Teach my Girl or Boy Consequences} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| ¡Te damos la bienvenida, de nuevo, a Crianza con Conciencia Positiva! Que gusto tenerte por aquí. En esta sesión aprenderás qué hacer cuando tu niña o niño se niegue a seguir una instrucción, olvide una regla familiar o se comporte de manera agresiva o riesgosa.  Administrar consecuencias claras es más efectivo para enseñarles a las niñas y los niños a responsabilizarse de sus acciones en vez de los gritos y los golpes.  Aquí tienes cuatro pasos sencillos para poder dar consecuencias cuando tu niña o niño presente un comportamiento que pueda generar problemas:  Mantener la Calma [Pause]  Ser Justo [Pause]  Ser Constante, [Pause]  Y Ser Positivo  Veamos de qué se tratan. | Enseñarle a Mi Niña o Niño sobre las Consecuencias  MANTENER LA CALMA  ACTUAR DE FORMA JUSTA  SER CONSTANTE  UTILIZAR PALABRAS AFIRMATIVAS |  |
| En primer lugar, es importante mantener la calma.  [pausa]  Todas las niñas y niños tienen derecho a una vida libre de cualquier forma de violencia.  Gritarle a nuestras niñas y niños también les enseña que está bien tratar a las demás personas con violencia cuando sentimos enojo o molestia.  [Pause]  Respira profundo, haz una pausa o aléjate de la situación, si lo necesitas.  [pausa]  Luego, responde de manera tranquila y clara. | MANTENER LA CALMA  Todas las niñas y todos los niños tienen derecho a una vida libre de cualquier forma de violencia.  Gritarles o golpear a nuestras niñas y niños solo empeora las cosas |  |
| El siguiente paso es actuar de forma justa  [Pause]  Antes de administrar una consecuencia, dale a tu niña o niño la opción de comportarse de forma positiva y también dale tiempo para hacer lo que le has pedido.  [Pause]  Administra una consecuencia relacionada con el comportamiento. Por ejemplo, si no recoge sus juguetes, no podrá jugar con ellos más tarde.  [pause]  Asegúrate de que puedes cumplir esa consecuencia. Por ejemplo, di que no podrá jugar con sus juguetes el día de hoy o durante la próxima hora, en lugar de toda la semana.  [pausa]  Fíjate si ya están recibiendo una consecuencia natural por su acción. Algo como tener que limpiar después de tirar algo o hacer desorden. Si es así, puede que no necesites darle otra consecuencia. | ACTUAR DE FORMA JUSTA  Antes de administrar una consecuencia, dale a tu niña o niño la opción de comportarse de forma positiva y también dale tiempo para hacer lo que le has pedido |  |
| En tercer lugar, debemos ser constantes.  [Pause]  Es importante que apliques las consecuencias relacionadas con las reglas que hayas establecido cada vez que no las cumpla.  [Pause]  Esto le ayuda a tu niña o niño a saber qué esperar y aumenta la probabilidad de que siga la regla.  [Pause]  Habla sobre las consecuencias de incumplir las reglas de la casa una vez que las establezcas para que tu niña o niño las conozca y las cumpla. | SER CONSTANTE  Esto ayuda a que tu niña o niño sepa qué esperar |  |
| Por último, usar palabras afirmativas.  Halaga a tu niña o niño cada vez que haga algo que quieras que siga haciendo. ¡Eso hace más probable que repita ese comportamiento!  [pausa]  Busca evitar implementar consecuencias al redirigir su comportamiento hacia otra cosa antes de que se porte mal.  [pausa]  Implementar consecuencias puede ser difícil al principio, ¡pero se irá haciendo más fácil con la práctica!  [pausa]  Las consecuencias justan ayudan a nuestras niñas y niños a responsabilizarse de sus propias acciones, y a pensar antes de actuar. | USAR PALABRAS AFIRMATIVAS  Halaga a tu niña o niño cada vez que haga algo que quieras que siga haciendo. |  |
| Al implementar consecuencias, recuerda que debes:  Mantener la calma,  Actuar de forma justa,  Ser constante,  Y Usar palabras afirmativas.  Tu Actividad para Casa de esta sesión consiste en halagar a tu niña o niño por algo que te gustaría que siguiera haciendo. Si tu niña o niño se niega a seguir instrucciones o se olvida de una regla de la casa, puedes usar una consecuencia que esté relacionada con el comportamiento. Recuerda que es importante actuar de forma justa, ser constante y mantener la calma cuando das una consecuencia.  ¿Puedes halagar a tu niña o niño por su comportamiento positivo el día de hoy? | Enseñarle a Mi Niña o Niño sobre las Consecuencias  MANTENER LA CALMA  ACTUAR DE FORMA JUSTA  SER CONSTANTE  USAR PALABRAS AFIRMATIVAS  ACTIVIDAD PARA CASA:  Halaga a tu niña o niño por su comportamiento positivo | Animate words to text. |

| {Lesson: Solving Problems with My Girl or Boy} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, ¿Cómo te sientes el día de hoy? ¡Qué gusto verte de nuevo por aquí en Crianza con Conciencia Positiva! Esta sesión trata sobre aprender a resolver problemas con tu niña o niño.  Aprender a resolver los problemas con tu niña o niño puede ayudarte a no tener que recurrir a las consecuencias.  A medida que las niñas y los niños crecen, podrán resolver sus problemas por su cuenta y con mayor frecuencia.  Cuando tengan que enfrentar una situación, respira profundo y luego ayuda a tu niña o niño a solucionar el problema usando estos 4 pasos:  CONOCER,  [pausa]  RESOLVER,  [pausa]  INTENTAR,  [pausa]  y COMPROBAR.  Veamos de qué se trata cada paso. | Resolver Problemas con Mi Niña o Niño  CONOCER  RESOLVER  INTENTAR  COMPROBAR | Animación de palabras en el texto. |
| El primer paso es Conocer.  Expresa el problema con palabras. Describe el problema como si se lo estuvieras explicando a una persona desconocida.  [Pause]  Coméntale a tu niña o niño cuál es el problema. Recuerda que ni tu niña, niño o tú son el problema. Enfócate en la situación. | CONOCER  Expresa el problema con palabras |  |
| El Paso 2 es Resolver.  En conjunto, piensen en posibles soluciones para este problema.  En el futuro, ¿qué podrían hacer tu niña o niño o tú de forma diferente en esta situación? | RESOLVER  En conjunto, piensen en posibles soluciones para este problema |  |
| El Paso 3 es Resolverlo.  Escojan una solución en conjunto. Inténtenlo la próxima vez que se encuentren en una situación similar. | INTENTAR  Escojan una solución en conjunto para probarla en la siguiente ocasión. |  |
| El Paso 4 es Comprobarlo.  Pregúntate: "¿Funcionó?"  Si la respuesta es sí, ¡súper! Si no es así, habla con tu niña o niño sobre intentar otra solución para la próxima vez. Usa los 4 pasos para encontrar una solución nueva. | COMPROBARLO  "¿Funcionó?" |  |
| Recuerda, para resolver problemas con tu niña o niño debes:  [1] Saber cuál el problema expresándolo con palabras,  [2] Pensar en conjunto cómo solucionar al problema,  [3] Elegir una solución e intentarla la próxima vez.  [4] Comprobar la solución. ¿Funcionó?  Tu Actividad para Casa consiste en hablar con tu niña o niño sobre los cuatro pasos para resolver problemas repasando, en conjunto, este módulo. ¡Saber resolver problemas es una habilidad que pueden utilizar por el resto de sus vidas!  ¿Puedes hacerlo hoy? | Resolver Problemas con Mi Niña o Niño  CONOCER  RESOLVER  INTENTAR  COMPROBAR  ACTIVIDAD PARA CASA:  Platica con tu niña o niño sobre los cuatro pasos para resolver problemas |  |

| {Lesson: Knowing Everyone’s Role} | | |
| --- | --- | --- |
| Script | On Slide Text | Animation Notes |
| Hola, nos da gusto verte de nuevo por aquí en Crianza con Conciencia Positiva. ¿Cómo te sientes el día de hoy?  Las personas cuidadoras, las niñas y los niños, tienen un rol que desempeñar en el hogar. El rol de las niñas y los niños es aprender de sus personas cuidadoras sobre qué hacer y qué no hacer. Como persona cuidadora, tu rol es cuidar de tu niña o niño, mantenerle a salvo y enseñarle cómo comportarse en el mundo.  Sigamos aprendiendo más sobre las cuatro estrategias que te ayudarán a saber cuál es tu rol como la persona cuidadora de tu niña o niño y a enseñarles también el suyo. | Conocer el Rol que Desempeñan Todas y Todos |  |
| Para empezar, debes conocer cuál es tu rol.  Como persona cuidadora de tu niña o niño, tu rol es asegurarte de que tenga suficiente comida saludable,  [pausa]  toda la ropa que necesite,  [Pause]  que esté libre de cualquier daño,  [Pause]  que tenga la oportunidad de ir a la escuela,  [pausa]  que tenga atención médica en caso de enfermedad,  [pausa]  que contribuya a las responsabilidades de la familia, como hacer el quehacer,  [pausa]  que aprenda las tradiciones y valores que deseas que tenga, como la honestidad,  [pausa]  que tenga oportunidades para expresarse,  [pausa]  que tenga oportunidades para jugar,  [pausa]  y que sienta tu amor y apoyo, pase lo que pase. | CONOCER TU ROL  Asegúrate de que tu niña o niño:   tenga suficiente comida saludable,  y toda la ropa que necesite,  que esté libre de cualquier daño,  tenga la oportunidad de ir a la escuela,  tenga atención médica en caso de enfermedad,  contribuya a las responsabilidades de la familia, como hacer el quehacer,  aprender las tradiciones y valores que deseas que tenga, como la honestidad,  tenga oportunidades para expresarse,  tenga oportunidades para jugar, y  sienta amor y apoyo, pase lo que pase. | Animate words to text. |
| En segundo lugar, debemos enseñar.  Dile a tu niña o niño cuál es su rol en la familia. Esto puede incluir:  [pausa]  hacer actividades en casa que sean propias para su edad, como guardar sus juguetes, tender la cama y separar la ropa sucia,  [pausa]  cooperar cuando sus personas cuidadoras le pidan algo,  [pausa]  tratar con respeto a todas las personas integrantes de la familia,  [pausa]  ir a la escuela y hacer su tarea,  [pausa]  y formar parte de las decisiones familiares. | ENSEÑAR  Dile a tu niña o niño cuál es su rol en la familia | Animate words to text. |
| El siguiente paso es enseñarle a hacerlo como tú.  Tu niña o niño aprenderá mucho más de tus acciones que de las palabras que le digas. ¡Se da cuenta de su alrededor mucho más de lo que crees! Trata a tu niña o niño, y a las personas que te rodean, como te gustaría que te trataran a ti: con respeto, amabilidad, paciencia y amor.  Gritar o golpear a tu niña o niño solo le enseñará a golpear a las demás personas cuando esté en una situación que le cause molestia. Háblale con un tono tranquilo y establece consecuencias claras para que aprenda a mantener la calma con ella o él y con las demás personas. Si estás sintiendo emociones muy intensas, como enojo o estrés, haz una pausa para cuidar de ti y luego habla con tu niña o niño.  Puedes aprender más sobre las consecuencias en el curso Manejar el Comportamiento de Mi Niña o Niño. | SEGUIR TU EJEMPLO  Tu niña o niño aprenderá mucho más de tus acciones que de las palabras que le digas | Animate words to text. |
| Finalmente, debemos identificar.  Identifica lo que le gusta hacer a tu niña o niño y ayúdale a hacerlo con mayor frecuencia. ¡Si tu niña o niño siente que se respetan sus necesidades e intereses, es más probable que haga las tareas del hogar de buena manera y con gusto!  Observa a tu niña o niño y halágale cuando cumpla con sus responsabilidades para que aprenda qué es lo que se espera de ella o él. De este modo, es más probable que lo vuelva a hacer. | IDENTIFICAR  Identifica lo que le gusta hacer a tu niña o niño y halaga sus esfuerzos por cumplir con sus responsabilidades | Animate words to text. |
| Tu Actividad para Casa consiste en hablar con tu niña o niño sobre uno de sus intereses o algo que le guste hacer y demostrarle que le quieres y apoyas su pasión. Esto les demuestra que es una persona valiosa de la familia.  ¿Tienes tiempo para hacerlo hoy? | Conocer el Rol que Desempeñan Todas y Todos  ACTIVIDAD PARA CASA  Habla con tu niña o niño sobre uno de sus intereses o algo que le guste hacer y demuéstrale que le quieres y que apoyas su pasión |  |

# 