## Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores

### Resumen General del Taller

| Objetivos del Taller | * Los participantes podrán articular el propósito de Crianza con Conciencia + * Los participantes estarán familiarizados con la tecnología del chatbot de Crianza con Conciencia + * Los participantes habrán observado la demostración de la sesión de integración presencial de Crianza con Conciencia + * Los participantes podrán usar la App de Formando Conciencia+ para conectar los números de identificación de los padres, madres y cuidadores e informar sobre la asistencia * Los participantes podrán facilitar la sesión de chat sobre el diálogo interno * Los participantes podrán proveer ayuda para solución de problemas y garantizar la salvaguarda y protección de los padres, madres y cuidadores | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Materiales | * Laptop o computadora portátil, Conexión a internet, Credenciales para el Webinar de Zoom | | | | |
| Preparación | * Revisar todos los materiales electrónicos y basados en tecnología que se van a usar antes de comenzar la sesión * Asegurar que todos los participantes tengan acceso al chatbot de Crianza con Conciencia + y al App de Formando Conciencia+ * Revisar que todas las encuestas y los ejercicios para el taller estén listos desde antes de comenzar * Asegurar que todos los participantes tengan acceso a una laptop, conexión estable de internet y a un celular inteligente | | | | |

| Programa para la Sesión del Día 1 | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Preparación para Zoom | Tiempo | |
| Módulo 1: Introducción al Programa | | * Bienvenida e Introducciones * Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores y de Crianza con Conciencia + | | Encuesta en Zoom para conocerse mejor | 30 min | |
|
| Módulo 2: Aceptar, Explorar, Conectar, Practicar | | * Aceptar * Explorar * Conectar * Practicar | | Cuestionario Sorpresa sobre Aceptar  Cuestionario Sorpresa sobre Explorar  Cuestionario Sorpresa sobre Conectar | 25 min | |
| Vamos a Movernos - Descanso Activo (5 min) | | | | | | |
| Módulo 3: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración | | * Introducción a la sesión de integración * Demostración En Vivo de Cómo Usar Crianza con Conciencia + Chatbot | | Encuesta de Zoom sobre la experiencia en la sesión de integración | 45 min | |
|
| Módulo 4: Configuración de la App Formando Conciencia+ | | * Introducción a la App Formando Conciencia+ * Descripción General de la Interfase de la App Formando Conciencia+ | |  | 5 min | |
|
| Cierre | | * Reflexión * Actividad para Casa * Preguntas | |  | 10 min | |
|
|

| Programa para la Sesión del Día 2 | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Preparación para Zoom | Tiempo | |
| Actividades para el Empezar el Día 2 | | * Te damos la bienvenida * Recordatorios * Plática para ponerse al día * Haz una Pausa * Preguntas y Reflexiones sobre el Día 1 | | Encuesta de Zoom para una Revisión de Emociones | 15 min | |
|
| Módulo 5: Preparación para la Sesión de Chat | | * Configurar el Grupo de WhatsApp * Establecer las Reglas Básicas del Grupo de WhatsApp * Establecer las Expectativas para el Rol de Facilitador * Agregar padres, madres y cuidadores a la App de Formando Conciencia+ * Aprender cómo informar sobre la asistencia a las sesiones | |  | 25 min | |
| Módulo 6: Llevando a cabo la Sesión de Chat de WhatsApp | | * Introducción a la Sesión de Chat de WhatsApp * A-E-C-P en la Sesión de Chat de WhatsApp * Cuestionario Sorpresa | | Cuestionario Sorpresa sobre A-E-C-P en WhatsApp | 35 min | |
|
| Mira tu Alrededor - Descanso Activo (5 min) | | | | | | |
| Módulo 7: 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 8: Abordaje para los Retos y Desafíos | | * Abordar los retos y desafíos comunes * Preguntas | |  | 20 min | |
| Cierre | | * Ejercicio de Amabilidad y Cariño * Círculo de Agradecimiento * Siguientes Pasos | |  | 15 min | |
|
|

### Preparación Requerida

1. Leer la Guía para el Facilitador de Crianza con Conciencia + en la App de Formando Conciencia+.
2. Repasar las diapositivas de PowerPoint.
3. Asegurarte que el chatbot de Crianza con Conciencia + chatbot y que Formando Conciencia+ estén cargados y listos para usarse en tu teléfono y/o en tu computadora.
4. Llegar, por lo menos 15 minutos antes, para asegurarte de que el espacio virtual está bien configurado y listo para darles la bienvenida a los participantes con el fin de modelarles cómo ellos deben de darles la bienvenida a los padres, madres y cuidadores en sus sesiones.
5. Escoge un espacio adecuado
   * Siéntate en un área con buena iluminación, idealmente, la luz te debe de estar pegando de frente y no por detrás para evitar que se cree una silueta. Haz una sesión de prueba con un compañero para ajustar la posición de tu cámara y la iluminación.
   * Los fondos simples y los espacios limpios y ordenados tienden a verse más profesionales en juntas de negocios.
   * Los espacios con un mínimo de ruidos de fondo funcionan mejor.
6. Asegúrate de que cualquier material electrónico y tecnología que necesites esté preparado: tu teléfono está cargado y tu conexión de internet es segura. Ten un plan o un respaldo para cualquier falla eletrónica o tecnológica.
   * Si estás usando el Wi-Fi, corre una llamada de prueba para asegurarte de que tienes buena señal en la ubicación donde estás trabajando. Estar cerca del módem o router propicia que tengas mejor señal.
   * Si tu conexión está lenta, corre un test de velocidad para asegurarte de que tienes al menos 3.2 Mbps de carga y descarga.
   * Cuando estés en videollamada, limita el uso de otras aplicaciones que necesiten internet en tu casa para asegurarte de que te alcance la banda ancha.
   * Considera el uso de audífonos o auriculares con micrófono para obtener un audio óptimo y reducir la posibilidad de sonidos extraños o eco en la sesión.
7. Asegúrate de que tu compañero y tú hayan llevado a cabo una sesión de prueba del taller.
8. Revisa las encuestas, cuestionarios y actividades de sondeo que se van a necesitar durante la sesión y créalas antes de comenzar. [Haz clic aquí para ver cómo crear una encuesta de Zoom antes de la sesión.](https://support.zoom.com/hc/en/article?id=zm_kb&sysparm_article=KB0066150#h_01H9RW67820KFTQ6BT9FRMP8JN)
9. [Configura el chat para el webinar](https://support.zoom.com/hc/en/article?id=zm_kb&sysparm_article=KB0058981) 
   * Concede los permisos para que los panelistas puedan chatear con todos.
   * Configura los permisos para que los participantes solo puedan chatear con los panelistas y los hosts (anfitriones de la reunión). Esto asegura que los participantes no estén chateando entre ellos durante el taller.

## 

## Día 1: Taller para Facilitadores

### Resumen General de la Sesión

| Objetivos de la Sesión | * Los participantes podrán articular el propósito de Crianza con Conciencia + * Los participantes estarán familiarizados con la tecnología del chatbot de Crianza con Conciencia + * Los participantes habrán observado la demostración de la sesión de integración presencial de Crianza con Conciencia + | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Materiales | * Laptop o computadora portátil, Conexión a internet, Credenciales para el Webinar de Zoom | | | | |
| Preparación | * Revisar todos los materiales electrónicos y basados en tecnología que se van a usar antes de comenzar la sesión * Asegurar que todos los participantes tengan acceso al chatbot de Crianza con Conciencia + y al App de Formando Conciencia+ * Revisar que todas las encuestas y los ejercicios para la sesión estén listos desde antes de comenzar * Asegurar que todos los participantes tengan acceso a una laptop, conexión estable de internet y a un celular inteligente | | | | |

| Programa para la Sesión del Día 1 | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Preparación para Zoom | Tiempo | |
| Módulo 1: Introducción al Programa | | * Bienvenida e Introducciones * Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores y de Crianza con Conciencia + | | Encuesta en Zoom para conocerse mejor | 30 min | |
|
| Módulo 2: Aceptar, Explorar, Conectar, Practicar | | * Aceptar * Explorar * Conectar * Practicar | | Cuestionario Sorpresa sobre Aceptar  Cuestionario Sorpresa sobre Explorar  Cuestionario Sorpresa sobre Conectar | 25 min | |
| Vamos a Movernos - Descanso Activo (5 min) | | | | | | |
| Módulo 3: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración | | * Introducción a la sesión de integración * Demostración En Vivo de Cómo Usar Crianza con Conciencia + Chatbot | | Encuesta de Zoom sobre la experiencia en la sesión de integración | 45 min | |
|
| Módulo 4: Configuración de la App Formando Conciencia+ | | * Introducción a la App Formando Conciencia+ * Descripción General de la Interfase de la App Formando Conciencia+ | |  | 5 min | |
|
| Cierre | | * Reflexión * Actividad para Casa * Preguntas | |  | 10 min | |
|
|

Durante el Taller de Formación de Facilitadores de Crianza con Conciencia +, les enseñarás a los participantes la sesión presencial de integración del programa, además de cómo llevar a cabo la sesión de chat de WhatsApp. La sesión empieza al darles la bienvenida a los participantes al taller de la misma manera que ellos comenzarán la sesión presencial de Crianza con Conciencia +.

Esto incluye las presentaciones y una descripción general del taller. Después, vas a demostrar, practicar y participar en discusiones con las personas facilitadoras sobre las actividades plasmadas para la sesión presencial de integración, enfocándote en cómo usar Crianza con Conciencia + chatbot.

Es muy importante que durante el taller, les modeles las bases para ser facilitadores efectivos. Recuerda que la manera en que tú impartes el taller es un ejemplo que sienta las bases de cómo las personas facilitadoras le impartirán el programa a los padres, madres y cuidadores. Y a su vez, representará cómo los padres, madres y cuidadores van a interactuar con sus niños, niñas y adolescentes .

¡Es el Principio de Aprendizaje Social en acción!

Bases importantes para un facilitador que debes recordar e incluir:

1. Dar reconocimiento y halagar la participación de manera positiva y entusiasmada, ¡lo más seguido posible!
2. Usar instrucciones específicas, positivas y realistas (por ejemplo, ¡Pide el comportamiento que sí quieres ver, no el comportamiento que no quieres ver!);
3. Establecer reglas básicas de manera colaborativa y cumplirlas constantemente;
4. Escuchar atentamente y activamente – parafrasearrespuestas;–
5. Tener una actitud abierta y aceptar las respuestas e ideas de los participantes;
6. Estar a tiempo y tener la preparación adecuada para la sesión;
7. Organizar efectivamente tu tiempo para que puedas cubrir todas las actividades del manual;
8. ¡Hacer que Crianza con Conciencia + sea un espacio divertido y atractivo!

### Módulo 1: Introducción a Crianza con Conciencia + (30 min)

#### Bienvenida y Presentaciones (20 min)

##### Llegada de los Participantes (5 min)

###### Instrucciones [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p1)

Da una bienvenida cálida y alegre a cada participante que va llegando a la sesión. Reconóceles el esfuerzo de apartar un tiempo de su día para venir al taller. Seguramente muchos de ellos tendrán otras responsabilidades o cosas de trabajo que hacer. ¡No es tan fácil tener que apartar 4 horas de tu día para un taller intensivo!

Al iniciar la sesión, debes permitir que todos se presenten brevemente en el chat. Los participantes deberán compartir lo siguiente:

* Sus nombres, organizaciones y la posición que ocupan dentro de su organización;
* Si son o no son padres, madres o cuidadores y cuántos niños, niñas o adolescentes cuidan en casa.

Comparte los siguientes puntos con los participantes:

* Muestra su nombre completo, el nombre de la organización y su ciudad o estado
* Su audio se silenciará automáticamente al entrar a la sesión. Si quisieran hablar, tendrían que levantar la mano.
* Esta sesión se graba con el fin de documentarse. Los participantes dan su permiso de ser grabados al asistir a la sesión.
* Pueden usar la función del chat para responder a las preguntas hechas por el capacitador.
* Pueden usar la función de Preguntas y Respuestas para hacerle preguntas al capacitador y a su compañero sobre Crianza con Conciencia +.

Preséntate y preséntale a tu equipo a los participantes.

Puede ser de ayuda 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

El rompehielos está diseñado para ayudar a las personas facilitadoras a apreciar la diversidad de la sala y a descubrir las conexiones entre unos y otros.

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

Antes de comenzar la sesión de capacitación, configura la encuesta de Zoom con las siguientes preguntas y respuestas. Abre la encuesta durante la sesión:

| Preguntas | Respuestas |
| --- | --- |
| Siento \_\_\_\_\_ al ser padre, madre o cuidador. | Orgullo | Felicidad | Agobio | Miedo |
| He tenido una relación positiva con mi padre, mi madre o mis cuidadores. | Sí | No |
| Soy padre, madre o cuidador de \_\_\_\_\_\_\_ | Niña | Niño | Adolescente |
| Mis padres o cuidadores se enojaban de manera verbal o física cuando me portaba mal de niño o niña. | Sí | No |
| ¿Dónde encuentras la felicidad en la crianza? | Celebrando logros | Momentos cotidianos de conexión | Ayudando con la tarea | Todas las anteriores |

Lanza la encuesta con los participantes. Permite que los participantes tengan de 30 segundos a 1 minuto para responder cada pregunta antes de continuar a la siguiente pregunta. Al finalizar la encuesta, comparte los resultados con los participantes. Enfatiza la riqueza de los contextos de cada participante en el taller y del contexto colectivo.

##### 

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

###### Resumen

Durante el Taller para Facilitadores, tú harás las reglas básicas para el taller en línea. Sin embargo, las personas facilitadoras harán las reglas básicas para los grupos de WhatsApp virtuales durante la sesión de integración.

###### Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p7))

* En el chat, pídele a los participantes que compartan qué cosas son esenciales para que sientan comodidad, respeto, seguridad y apoyo en este grupo virtual.
* Tu compañero y tú van a apuntar y discutir algunas de las reglas mencionadas.
* Usa una de las reglas básicas para demostrar cómo cada regla básica debe de describir un comportamiento positivo en vez de comportamientos negativos.
* Puedes propiciar que se establezcan reglas para situaciones específicas como el uso de celulares, el respeto, los videos, levantar la mano, entre otras cosas.
* Puedes ir repitiendo lo que ves y pedirle a los participantes que reaccionen usando emojis si están de acuerdo con lo que dices.

Algunas reglas básicas útiles pueden incluir:

Puedes agregarlas después de que los participantes hayan compartido sus propias reglas (ahora o más adelante en la sesión, cuando los participantes conozcan mejor los componentes del programa).

* Préstale toda tu atención a la sesión: ¡sé un participante activo!
* Sé considerado y respetuoso con las diversas perspectivas.
* Practica el escuchar activamente manteniendo la cámara encendida siempre que sea posible.
* Usa las diferentes funciones como el chat o levantar la mano para contribuir en la sesión.
* Pon tu micrófono en silencio cuando estés escuchando a los demás.
* Únete al curso a tiempo.
* Lo que se dice en el grupo, se queda en el grupo.
* Solo comparte lo que te sientas cómodo o cómoda compartiendo.
* Acepta y respeta que las personas pueden tener reglas diferentes a las tuyas.

Agrega cualquier regla básica adicional, mencionada en los comentarios, en la diapositiva.

#### 

#### 

#### Descripción General del Taller de Formación de Facilitadores y de Crianza con Conciencia + (10 min)

##### Compartan su experiencia colectiva y sus desafíos o retos

###### 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 al facilitador que reflexione sobre su interacción y participación con los padres, madres y cuidadores de su comunidad.
* Pídeles que tomen un momento para pensar en su experiencia personal al interactuar con los padres, madres y cuidadores de su comunidad. Pregúntales cómo han resonado esas interacciones a nivel personal en su vida. Pide que compartan en el chat, un momento que les ha dejado huella.
* Da unos minutos para que los participantes respondan. Enfatiza 2 o 3 respuestas del chat para que todo el grupo pueda reflexionar sobre ellas.
* A continuación, pídeles a los participantes que compartan en el chat algunos de los retos o desafíos a los que se han enfrentado al interactuar con los padres, madres o cuidadores de su comunidad.
* Da unos minutos para que los participantes respondan. Enfatiza 2 o 3 respuestas del chat para que todo el grupo pueda reflexionar sobre ellas.

##### Conectando las Experiencias de los Participantes con los Objetivos de Crianza con Conciencia +

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

Mientras vas explicando los antecedentes que son las bases para los objetivos de Crianza con Conciencia +, busca conectarlos con las experiencias y desafíos compartidos por los participantes.

Usa las diapositivas de PowerPoint del Taller para el Facilitador para mostrarle a los participantes 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 niños, niñas y adolescentes y la violencia hacia los niños, niñas y adolescentes
* Antecedentes y descripción de Crianza con Conciencia +.
* Descripción general y el programa del Taller de Formación de Facilitadores

| ⭐Nota:  Puede que esta sea su primera interacción con el programa,así que avanza sin prisa y revisa cada diapositiva con cuidado para asegurarte de que todos te entiendan. Permite que los participantes hagan preguntas después de cada diapositiva y al final de la presentación. |
| --- |

### Módulo 2: Aceptar, Explorar, Conectar, Practicar (AECP) (25 min)

Resumen

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

Nota: Aunque A-E-C-P se use más en sesiones presenciales, también se puede aplicar al apoyo remoto o virtual a través de los grupos de WhatsApp. El Día 2 se enfocará en cómo ayudar al facilitador para adaptar la estrategia de A-E-C-P a los grupos de chat.

La aproximación A-E-C-P se les presenta a los participantes usando un ejercicio de aprendizaje activo que modela el proceso de A-E-C-P. ¡También es importante que tú modeles este enfoque a lo largo de la capacitación de las personas facilitadoras!

Seguirás la estructura que se presenta a continuación para ir revisando cada elemento de A-E-C-P:

1. Tu compañero y tú modelarán el aceptar, explorar, conectar o practicar
2. Les pedirás a los participantes que compartan lo que vieron a través del ejercicio
3. Compartirás el "por qué" esta aproximación es tan importante

Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p30))

Empieza la actividad con los participantes al decirles que les vas a presentar la técnica de facilitación principal usada en Crianza con Conciencia +: **Aceptar-Explorar-Conectar- Practicar o A-E-C-P.**

#### 

#### ACEPTAR

1. Modelando Aceptar
   * Modela el siguiente escenario con tu compañero de formación. Tu compañero y tú tomarán los roles de "facilitador" y de "padre, madre o cuidador". El "facilitador" practica el **ACEPTAR** mientras el participante comparte su experiencia, brevemente.
   * Asegúrate de que el "facilitador" recuerde las  **3 bases** de **ACEPTAR**:
     + Usar señales no verbales o gestos físicos;
     + Reconocer la contribución del participante;
     + Parafrasear o reflexionar sobre lo que dijo el participante.
   * ¡Mantén los ejercicios cortos!

El "facilitador" solamente debe de permitir que el padre, la madre o el cuidador hable por 30 segundos antes de interrumpir respetuosamente para agradecerle y parafrasear lo que entendió. Esta parte también debe de durar poco. ¡De lo contrario, antes de que se den cuenta empezarán a **EXPLORAR**!

| Guion para el juego de rol de ACEPTAR:  Padre, madre o cuidador: "No sé cómo este programa me puede ayudar. Mi adolescente se ha portado muy mal últimamente."  Facilitador (inclinándose hacia delante): "Gracias por compartirlo conmigo, [Inserta el nombre del co-formador]. Es muy valiente de tu parte hablar de lo que te preocupa. Parece que te encuentras en una situación estresante por el comportamiento de tu adolescente y no sabes cómo este programa te puede servir o ayudar. ¿Es correcto?"  Padre, madre o cuidador: "Sí, así es. Nunca me escucha y la verdad es que no sé qué hacer".  Mientras el padre, la madre o la persona cuidadora comparte su experiencia, el facilitador asiente con la cabeza y emite vocalizaciones no verbales.  Facilitador: "La crianza es uno de los trabajos más duros del mundo, y a veces puede parecer que ya agotamos todas las opciones. Pero recuerda que, al estar aquí, ya estás dando un paso para probar opciones nuevas…" |
| --- |

1. Cuestionario Sorpresa:

Avísale a los participantes que se hará un cuestionario corto para entender cómo fue que el facilitador usó el modelo de "ACEPTAR" durante el juego de rol.

Alista el siguiente cuestionario usando  **preguntas de opción múltiple:**

| Preguntas | Respuestas | Respuestas Correctas |
| --- | --- | --- |
| ¿Qué hace el facilitador para ACEPTAR, de manera no verbal, la experiencia del padre, la madre o el cuidador? | * Se inclina hacia adelante * Asiente * Usa la vocalización no verbal como "Ajá" * Frunce el ceño | * Se inclina hacia adelante * Asiente * Usa la vocalización no verbal como "Ajá" |
| ¿Qué hace el facilitador para ACEPTAR, de manera verbal, la experiencia del padre, la madre o el cuidador? | * Agradece el comentario * Dice el nombre del participante * Reconoce y halaga al participante * Repite lo que dijo el participante | * Agradece el comentario * Dice el nombre del participante * Reconoce y halaga al participante * Repite lo que dijo el participante |
| ¿Cómo responde el facilitador mientras el padre, la madre o el cuidador le comparte su historia? | * Inmediatamente le da retroalimentación * Ignora los sentimientos del participante * Afirma que sus sentimientos son válidos * Le dice al participante que está mal * Le recuerda al participante que es algo que le puede pasar a todos | * Inmediatamente le da retroalimentación * Afirma que sus sentimientos son válidos * Le recuerda al participante que es algo que le puede pasar a todos |

1. Sintetiza ACEPTAR
   * Comparte las respuestas correctas con los participantes.
   * Comparte las diferentes maneras de ACEPTAR:
     + **Gestos físicos:** Asentir, sonreír, inclinarse hacia el participante, voltearle a ver, hacer contacto visual, entre otras.;
     + **Vocalización no verbal:** Mmmm…, Ajá, Ah…, etc;
     + **Afirmaciones verbales:** Usar el nombre del participante, darle las gracias, reconocer su contribución, etc.;
     + **Usar afirmaciones reflexivas:** Parafrasear o repetir lo que ha dicho el participante para demostrar que realmente escuchaste lo que dijo. ¡Este es un aspecto clave de escuchar activamente!
   * Menciona que cuando un facilitador logra ACEPTAR las experiencias de los participantes, el facilitador:
     + Hace que los participantes se sientan bienvenidos y bienvenidas;
     + Fomenta la participación, especialmente de los que son más tímidos;
     + Muestra que respeta y valora sus respuestas y las considera contribuciones importantes;
     + Construye confianza y relaciones positivas;
   * Antes de continuar, pregunta si hay alguna duda.

#### 

#### EXPLORAR

1. Modelando Explorar
   * Explora las experiencias, actitudes, sentimientos y retos compartidos por los padres, madres y cuidadores.
   * Modela el siguiente escenario con tu compañero de capacitación. Continúa con la misma conversación que se usó para el juego de rol de ACEPTAR.
   * El facilitador modela el **EXPLORAR** la experiencia del padre, la madre o el cuidador.
   * Asegúrate de que el "facilitador" recuerde las  **3 bases de EXLPORAR**:
     + Hacer preguntas abiertas;
     + Explorar las emociones de los participantes;
     + Explorar la perspectiva de los demás sobre la historia del participante.
   * **Recuerda que es importante seguir ACEPTANDO aun cuando estás EXPLORANDO.**

| Guion para el juego de rol de EXPLORAR (retomando de dónde quedó):  Facilitador: "Vamos a volver a revisar la situación juntos. ¿Puedes contarme alguna otra cosa sobre el comportamiento de tu adolescente?"  Padre, madre o cuidador: "Claro. Últimamente, mi adolescente se enoja mucho y tiene muchos cambios de humor. Es como si siempre estuviera al límite, ¡y cualquier cosita puede hacer que explote!"  Facilitador: "Parece que tu adolescente está pasando por un momento difícil. ¿Cómo te sientes tú cuando tu adolescente muestra enojo?"  Padre, madre o cuidador: "Intento mantener la calma y comentárselo pero a veces parece que lo que le digo le entra por un oído y le sale por el otro. Y entonces, termino gritándole y sintiendo mucha frustración."  Facilitador (asintiendo): "Parece que lo estás haciendo lo mejor que puedes. Es natural sentir frustración, sobre todo cuando parece que no te puedes comunicar con tu adolescente. ¿Puedes decirnos algo más sobre lo que suele provocar estos casos de enojo?"  Padre, madre o cuidador: "Suele ser cuando llega de la escuela o cuando siente que no le pongo atención. ¡Pero a veces es difícil saber exactamente qué es lo que hace que explote de esa manera!"  Facilitador: "Parece que tu adolescente está pasando por muchas cosas. Aparte del enojo, ¿cómo crees que se siente tu adolescente?"  Padre, madre o cuidador: "Hmmm... tal vez siente frustración, estrés o agobio por la escuela."  Facilitador: "Me imagino que esos momentos deben de ser difíciles para ambos. Queda claro que te preocupas mucho por tu adolescente. Entender nuestras propias emociones y las de nuestros adolescentes es muy importante. Hiciste un buen trabajo al reconocer las emociones de tu adolescente. Pensemos en cómo este programa puede ayudarte a ti y a tu adolescente..." |
| --- |

1. Cuestionario Sorpresa:

Avísale a los participantes que se hará un cuestionario corto para entender cómo fue que el facilitador usó el modelo de "EXPLORAR" durante el juego de rol.

Alista el siguiente cuestionario usando  **preguntas de opción múltiple:**

| Preguntas | Respuestas | Respuestas Correctas |
| --- | --- | --- |
| ¿Cómo le hizo el facilitador para EXPLORAR la experiencia del padre, la madre o el cuidador? | * Hizo preguntas * Ofreció soluciones * Compartió sus experiencias personales parecidas * Escuchó en silencio y dejó que el padre, la madre o el cuidador sacara todo | * Hizo preguntas |
| ¿Qué tipo de preguntas hizo el facilitador para poder EXPLORAR? | * Preguntas de sí/no * Preguntas sobre quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo * Preguntas para respuestas específicas * Preguntas sobre las emociones del adolescente y el padre, la madre o el cuidador * Preguntas sobre problemas de crianza hipotéticos | * Preguntas sobre quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo * Preguntas sobre las emociones del adolescente y el padre, la madre o el cuidador |
| ¿Qué logró el facilitador al hacer preguntas abiertas (qué, cuándo, dónde, por qué y cómo)? | * Solucionar el problema inmediatamente * Obtener más detalles sobre la situación * Ayudar al padre, la madre o el cuidador a ver las cosas desde la perspectiva del adolescente * Ayudar al padre, la madre o el cuidador a reconocer sus propias dificultades y retos | * Obtener más detalles sobre la situación * Ayudar al padre, la madre o el cuidador a ver las cosas desde la perspectiva del adolescente * Ayudar al padre, la madre o el cuidador a reconocer sus propias dificultades y retos |

1. Sintetiza EXPLORAR
   * Comparte las respuestas correctas con los participantes.
   * Comparte las diferentes maneras de EXPLORAR:
     + Preguntas abiertas: quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo;
     + Preguntas que eliciten más detalles: Cuéntame más…. ¿Puedes ser más específico? ¿Qué quieres decir?
     + La perspectiva de la niña, el niño o del adolescente, así como la del padre, la madre o el cuidador;
     + Las emociones de padres, madres o cuidadores y de niños, niñas o adolescentes;
     + Cualquier dificultad que experimenten en casa;
   * Menciona que cuando un facilitador logra EXPLORAR las experiencias de los participantes, el facilitador:
     + Da una idea más completa de lo que pasó exactamente en casa o de lo que piensan los padres, madres o cuidadores;
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a describir su experiencia y a verla desde una perspectiva diferente;
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a comprender por qué ellos o sus niños, niñas o adolescentes respondieron de esa manera en una situación concreta;
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a ser más conscientes del impacto de sus decisiones y comportamientos y a pensar críticamente en la crianza de sus niñas, niños y adolescentes;
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a compartir sus desafíos, a comprender por qué se produjo el reto y a identificar posibles soluciones para sus retos.
   * Antes de continuar, pregunta si hay alguna duda.

#### 

#### CONECTAR

1. Modelando Conectar
   * La parte de **CONECTAR**  puede llegar a ser la parte más difícil del método **AECP**. Su propósito es ayudar a los padres, madres y cuidadores a conectar sus experiencias con alguna de las habilidades básicas de la crianza o alguno de los principios que están aprendiendo en el curso.
   * **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** .
   * Modela el siguiente escenario con tu compañero de capacitación.
   * Continuarás la misma conversación que llevabas con **ACEPTAR**  y **EXPLORAR** ;
   * El "facilitador" practicará **CONECTAR**  la experiencia del "participante" a un principio general que explica POR QUÉ es importante cuidar de nosotros mismos.
   * Asegura que el "facilitador" continúe usando las bases de **ACEPTAR**  y **EXPLORAR;**

| Guion para el juego de rol de CONECTAR (retomando de dónde quedó):  Facilitador: "Hablemos de cómo este programa puede ayudarte a ti y a tu adolescente. Parece que tu adolescente y tú tienen dificultades para conectar entre ustedes. Teniendo en cuenta los temas que trataremos en el programa y lo que estamos discutiendo en la sesión presencial de hoy, ¿hay algo que creas que te pudiera ayudar?"  Padre, madre o cuidador: "Hoy hemos aprendido a hacer una pausa y a apartar un rato para pasar tiempo uno a uno. Podría intentar hacer una pausa con mi adolescente cuando empiece a notar su enojo. ¿Quizás pasar tiempo uno a uno podría ser útil? Tendré que intentarlo para ver cómo me va."  Facilitador: "Suena como un buen plan. Tomarte una pausa y pasar tiempo uno a uno con tu adolescente, sin duda ayudará a establecer una conexión más fuerte entre ustedes. En la primera sesión aprendimos sobre el tiempo uno a uno, hablamos de pasar al menos 5 minutos de tiempo uno a uno con el fin de mejorar la relación con tu adolescente. Teniendo en cuenta los retos que has descrito, pasar tiempo uno a uno de calidad podría ser valioso y un buen apoyo para ti. ¿Cómo crees que podría influir en la relación con tu adolescente el hecho de pasar tiempo uno a uno todos los días?"  Padre, madre o cuidador: "No estoy seguro. Parece que desde que mi niño se hizo adolescente, hemos estado tan atrapados en nuestras propias frustraciones que no hemos podido conectar como antes. Quizá si todos los días le dedico tiempo sin interrupciones a mi adolescente, tendremos oportunidad de hablar y entendernos mejor."   Facilitador: "¡Es bueno escucharte decir eso! Parece que reconoces la importancia de pasar tiempo uno a uno juntos. Recuerda, puede que tome un poco de tiempo ver la diferencia, pero usar los consejos de Crianza con Conciencia + tiene el potencial de tener un impacto positivo en tu relación con tu adolescente. Cada paso, por más pequeño que sea, puede marcar la diferencia." |
| --- |

1. Cuestionario Sorpresa:

Avísale a los participantes que se hará un cuestionario corto para entender cómo fue que el facilitador usó el modelo de "CONECTAR" durante el juego de rol.

Alista el siguiente cuestionario usando **preguntas de opción múltiple:**

| Preguntas | Respuestas | Respuestas Correctas |
| --- | --- | --- |
| ¿Cómo le hizo el facilitador para guiar al padre, la madre o el cuidador para que pudiera CONECTAR su experiencia con las habilidades de la crianza positiva? | * Proporcionó soluciones inmediatas * Hizo preguntas para ayudarle a encontrar su propia solución * Ignoró los sentimientos del padre, la madre o el cuidador * Compartió maneras en las que otros padres, madres o cuidadores manejaron una situación similar | * Hizo preguntas para ayudarle a encontrar su propia solución |
| ¿Qué pudo EXPLORAR el padre al CONECTAR? | * Cómo esto pudiera ser beneficioso como padre, madre o cuidador * Cómo esto le ayudará a poder manejar alguna situación similar * Cómo esto le ayudará a convertirse en el padre, la madre o el cuidador perfecto * Cómo esto se relaciona con algunas de las habilidades que ha aprendido en el programa | * Cómo esto pudiera ser beneficioso como padre, madre o cuidador * Cómo esto le ayudará a poder manejar alguna situación similar * Cómo esto se relaciona con algunas de las habilidades que ha aprendido en el programa |
| ¿Cuál fue el principio de la crianza positiva que el facilitador logró CONECTAR con la experiencia del padre, la madre o el cuidador? | * Hacer una pausa antes de responder * Convertir el diálogo interno negativo en positivo * Pasar tiempo uno a uno con tu niña, niño o adolescente | * Pasar tiempo uno a uno con tu niña, niño o adolescente |

1. Sintetiza CONECTAR
   * Comparte las respuestas correctas con los participantes.
   * Comparte las diferentes maneras de CONECTAR:
     + Explora cómo su experiencia podría relacionarse con sus vidas o la relación con sus niños, niñas o adolescentes;
     + Explora cómo su experiencia podría relacionarse con algunos de los principios o habilidades que están aprendiendo durante el programa;
     + Explora por qué puede ser importante o beneficioso para ellos como padres, madres o cuidadores;
     + Explora por qué puede ser importante o beneficioso para sus niños, niñas o adolescentes;
   * Menciona que cuando un facilitador logra CONECTAR las experiencias de los participantes, el facilitador:
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a comprender, en sus propias palabras, las razones por las que podrían querer usar una habilidad específica;
     + Ayuda a los padres, madres o cuidadores a comprender los beneficios para ellos y para sus niños, niñas o adolescentes;
     + Refuerza la aceptación de una habilidad de crianza específica.
   * Antes de continuar, pregunta si hay alguna duda.

#### 

#### PRACTICAR

1. Modelando Practicar
   * El último paso del modelo A-E-C-P es **PRACTICAR.**
   * **PRACTICAR** le permite a los participantes poder experimentar directamente las habilidades antes de tener que aplicarlas en casa. Las Actividades en Casa del chatbot de Crianza con Conciencia + animan a los padres a practicar las habilidades de crianza todos los días.
   * Modela el siguiente escenario con tu compañero de capacitación.
   * Continuarás la misma conversación que llevabas con **ACEPTAR**, **EXPLORAR** y **CONECTAR**;
   * Asegura que el "facilitador" continúe usando las bases de **ACEPTAR, EXPLORAR** y **CONECTAR;**

| Guion para el juego de rol de PRACTICAR (retomando de dónde quedó):  Facilitador: "Vamos a ensayar cómo hablar con tu adolescente sobre pasar tiempo uno a uno utilizando los siguientes tips: Practicar, Jugar y Estar. Imagina que yo soy tu adolescente y tú eres mi padre, madre o cuidador. Me estoy relajando después de llegar de la escuela."  Padre, madre o cuidador: "[inserta el nombre del facilitador], ¿cómo te fue en la escuela?"  Facilitador (actuando como un adolescente): "Estuvo bien."  Padre, madre o cuidador: "Tengo 5 minutos antes de empezar a hacer la cena. ¿Qué te gustaría que hiciéramos juntos?"   Facilitador (actuando como un adolescente): "Mmm. No lo sé. Iba a salir a caminar. Tal vez podamos ir juntos."  Padre, madre o cuidador: "Me encantaría ir contigo. ¡Vamos!"  Facilitador (actuando como adolescente): "¡Vamos! ¿Tal vez en el camino te pueda contar algo que pasó hoy en la escuela?"  Padre, madre o cuidador: "¡Eso me encantaría!"  Facilitador: ¡Hiciste un buen trabajo! Mucha suerte probándolo con tu adolescente cuando vuelvan a casa juntos. Aun si tu adolescente duda en pasar tiempo contigo, recuerda ser amable contigo mismo." |
| --- |

1. Sintetiza PRACTICAR
   * Practicar es importante porque
     1. Fomenta la confianza a la hora de poner en práctica habilidades nuevas;
     2. Les permite a los padres, madres y cuidadores ensayar habilidades nuevas con el apoyo y la orientación de las personas facilitadoras;
     3. Refuerza la aceptación de una habilidad de crianza específica.
   * Pídeles a los padres que compartan en el chat cómo van a PRACTICAR las habilidades de facilitación para Crianza con Conciencia +

### 

### Vamos a Movernos - Descanso Activo (5 min)

###### Resumen

Este es un descanso activo para que el grupo se mueva y estire un poco las piernas antes de regresar a la segunda parte del taller. Asegúrate de que tu compañero y tú demuestren cómo hacer los ejercicios físicos. Anima a todos los participantes a que prendan sus cámaras para el descanso activo.

Considera a las personas del grupo que puedan tener limitaciones en su movimiento o alguna discapacidad. Es muy importante que te asegures de que tus movimientos son suaves y de que tu respiración es relajada. También es importante que los participantes relajen sus cuerpos – especialmente los brazos, las piernas, el cuello y los hombros.

Ejemplifica mientras lees el texto que está a continuación o también puedes usar los dibujos para ayudarte a guiar el tiempo de ejercicio físico.

###### Instrucciones [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p45)

1. Estirando nuestros cuerpos
   * Levanta y endereza tus brazos como si quisieras tocar el techo.
   * Estira los dos lados. Estira hacia enfrente. Estira hacia atrás.
2. Cabeza y Cuello
   * Levanta tu brazo derecho, inclina tu cabeza hacia la derecha y pon tu cabeza en tu hombro, después, pon tu mano en tu oreja. Mantente así por cuatro ciclos de respiraciones.
   * Levanta tu brazo izquierdo, inclina tu cabeza hacia la izquierda y pon tu cabeza en tu hombro, después, pon tu mano en tu oreja. Mantente así por cuatro ciclos de respiraciones.
   * Acerca tu mentón a tu pecho. Lentamente, mueve tu cabeza un poco hacia arriba para que tu oreja derecha esté cerca de tu hombro derecho. Regresa tu cabeza hacia tu mentón con cuidado. Haz lo mismo con el lado izquierdo, con tu hombro izquierdo. Repítelo cuatro veces por cada dirección.
   * Lentamente, deja que tu cabeza haga círculos. Escucha cómo truena tu cuello. Repítelo cuatro veces por cada dirección.
3. Hombros
   * Gira tus hombros hacia adelante (cuatro veces). Gira tus hombros hacia atrás (cuatro veces).
   * Aprieta tus hombros en dirección de tus orejas mientras inhalas, cierra tus ojos con fuerza y aguanta la respiración. Suelta la tensión de tus hombros y relaja tu cuerpo (cuatro veces).
4. Brazos
   * Relaja tus brazos y deja que oscilen. Los brazos se deben de mover desde tus hombros y NO tus codos. Esto es bueno para tu espalda baja.
   * Relaja tus brazos y deja que oscilen de lado a lado, además gira la parte superior de tu cuerpo. Tus brazos deben de golpear lentamente tu espalda a la medida que giras de lado a lado.
5. Cadera
   * Agarra tu cintura y haz círculos pequeños hacia ambas direcciones (cuatro círculos por dirección).
6. Rodillas
   * Dobla tus rodillas un poco, sostenlas con ambas manos y haz círculos pequeños en ambos lados. Asegúrate de que los círculos los haces lenta y suavemente para que no lastimes tus rodillas (cuatro círculos por cada dirección).
7. Pies y Tobillos
   * Pon un pie frente al otro y haz círculos pequeños usando tus tobillos, recuerda hacer ambos lados. Para cada pie, haz cuatro círculos por cada dirección.
8. Manos y Muñecas
   * Gira tus muñecas como si estuvieras pintando hacia adentro y hacia afuera. Haz las dos manos.
9. Sacude tu cuerpo: mueve tu cuerpo desde arriba, pasando por el centro, hasta abajo y por todos lados. ¡Diviértete!
10. Nota cómo se siente tu cuerpo. ¡Recuérdale a los participantes que deben de respirar de manera relajada!









#### 

### Módulo 3: Demostración En Vivo de la Sesión de Integración (45 min)

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

###### Resumen

Tu compañero de capacitación y tú liderarán una demostración en vivo de la sesión de integración con las personas facilitadoras. Durante la demostración, tú interpretarás el rol del "facilitador" mientras que el futuro facilitador actuará el papel de "padre, madre o cuidador".

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))

Comparte con los participantes que vas a hacer una demostración de la sesión de integración en donde tú vas a interpretar el papel de "facilitador" y ellos interpretarán el papel de "padres, madres y cuidadores".

Durante la demostración, pídele a los participantes que reflexionen sobre:

* Las habilidades de facilitación utilizadas por el capacitador y su compañero
* ¿Cómo fue su experiencia siendo los padres, las madres o cuidadores?
* ¿Cuáles son las áreas que pueden presentar mayor dificultad para padres, madres y cuidadores 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 de Cómo Usar Crianza con Conciencia + Chatbot (40 min)

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

###### Resumen

La descripción general y las instrucciones para esta actividad se pueden encontrar en Cómo Usar Crianza con Conciencia + Chatbot en tu Guía para el Facilitador.

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

Comparte los siguientes puntos con los participantes:

* las personas facilitadoras deben modelar todo lo básico para poder usar un teléfono celular (aun si ya lo pueden hacer).
* Esta actividad le ayudará a los padres, madres y cuidadores a tener los conocimientos básicos para poder usar un teléfono celular (si es que no los tienen aún) y empezar a interactuar con el chatbot de Crianza con Conciencia +.

Comparte esta lista de cosas que el facilitador debe 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
* Cargar el celular
* Activar y desactivar los datos móviles
* Gestionar el almacenamiento interno del celular
* Seguridad digital
* Prevenir daños al teléfono

Recuérdale a los 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 los participantes si tienen alguna duda.

##### Demostración de la Sesión de Introducción a Crianza con Conciencia + Chatbot (20 min)

###### Resumen

La descripción general y las instrucciones para esta actividad se pueden encontrar en Cómo Empezar con Crianza con Conciencia + Chatbot en tu Guía para el Facilitador.

* Ayuda a los participantes a entrar al chatbot de Crianza con Conciencia + a través de WhatsApp. La palabra clave mencionada en la diapositiva puede ser diferente de la que usará el padre, madre o cuidador. Revisa la Guía para el Facilitador en Formando Conciencia+ para ver cuál es la palabra clave adecuada.
* Debes de modelar cómo iniciar la interacción con el chatbot de Crianza con Conciencia +
* Esta actividad le ayudará a los participantes a poder interactuar con el chatbot de Crianza con Conciencia +.

Instrucciones

Sigue las instrucciones que vienen en la Guía para el Facilitador:

Acompáñales en los siguientes pasos y responde a cualquier pregunta o desafío que surja. Asegúrate de que todos han completado el paso anterior antes de pasar al siguiente.

1. Inicia un chat de WhatsApp con Crianza con Conciencia + chatbot

Dale las siguientes instrucciones a los participantes:

* Abre tu teléfono.
* Guarda el número de teléfono del chatbot de Crianza con Conciencia + (56 5100 6984) como contacto.
* Abre WhatsApp, busca "Crianza con Conciencia +" y comienza un chat al escribir y mandar **ENTRENAR.** Recuérdale a los participantes que esta palabra clave es diferente a la que ellos usarán con los padres, madres y cuidadores. Pídeles que consulten la Guía para el Facilitador en la sección de la sesión de integración para ver cuáles son las palabras clave adecuadas.

| Nota  Antes del siguiente paso, Crianza con Conciencia + chatbot generará un número de 6 dígitos como identificador único para cada padre, madre y persona cuidadora. Al final de la sesión de integración, las personas facilitadoras asociarán el identificador único del padre, madre y cuidador con el facilitador de Formando Conciencia+.  Consulta la sección "Cómo Informar la Implementación del Programa" de la Guía del Facilitador de Formando Conciencia+ para obtener orientación sobre este proceso. |
| --- |

1. Ajustes:

Dile a los participantes que sigan las indicaciones de Crianza con Conciencia +. Crianza con Conciencia + les pedirá que:

* Escriban su nombre y apellidos
* Elijan su sexo
* Elijan su estado
* Elijan su estado civil
* Escriban el nombre de su niña o niño.
* Género de la niña o niño
* Fecha de nacimiento de la niña o niño

1. Video de introducción:

Pídele a los participantes que hagan una pausa cuando aparezca en su chat automatizado el video introductorio de 5 minutos que explica cómo funciona Crianza con Conciencia +.

Reproduce el video en la pantalla. Pregúntale a los participantes si tienen alguna duda.

1. Información de usuario

Dile a los participantes que sigan las indicaciones de Crianza con Conciencia +. Crianza con Conciencia + les pedirá que:

* + Elijan cómo quieren recibir los mensajes
    - Texto, Imágenes y Videos
    - Texto, Imágenes y Audio
    - Solo Texto e Imágenes

| Nota  Si el padre, madre o cuidador tiene varios niños, niñas o adolescentes, pídele que al inscribirse en el programa elija a la niña, niño o adolescente que presente más problemas de conducta. Recuérdale que las lecciones que adquieran a través del programa pueden aplicarse a todos los niños, niñas o adolescentes. Sin embargo, durante la duración del programa, pídele que se centre solo en una niña o niño. |
| --- |

1. Autocuidado

Aprenderemos un breve ejercicio de relajación que los participantes podrán utilizar siempre que se sientan estresados o enojados. Es una gran herramienta de crianza y una habilidad para la vida.

Dile a los participantes que sigan las indicaciones de Crianza con Conciencia +. Crianza con Conciencia + les pedirá que hagan el ejercicio de autocuidado.

Reproduce el video o el audio para todo el grupo y practiquen juntos el ejercicio.

Pregúntale a los padres, madres y personas cuidadoras si tienen alguna duda sobre el ejercicio.

1. Alto

Asegúrate de que los padres, madres y personas cuidadoras dejen de utilizar Crianza con Conciencia + antes de pasar a la primera lección.

¡Halaga a los participantes por completar sus primeras actividades de Crianza con Conciencia +!

##### 

##### Demostración de Resolver Retos y Desafíos con Crianza con Conciencia + (10 min)

Resumen

Los participantes pueden encontrarse con algunos desafíos al interactuar con Crianza con Conciencia + chatbot. Enséñales a los participantes cómo solucionar problemas con el chat automatizado.

Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p54))

Pídele a los participantes que muestren unos a otros cómo resolver los siguientes desafíos:

* Estoy atorado en Crianza con Conciencia +, o no aparece el botón "Siguiente".
  + Escribe SIGUIENTE para navegar a tu siguiente actividad.
* No sé cómo acceder al Menú principal ni qué hace el Menú.
  + Escribe MENÚ en cualquier momento para:
    - Seguir tu progreso
    - Cambiar la configuración (cómo/cuándo recibir mensajes, actualizar tus datos para contenido personalizado)
    - Volver a ver el video de integración y obtener consejos para navegar Crianza con Conciencia +.
    - Obtener ayuda para superar desafíos específicos en la aplicación de nuevas habilidades.
* Tengo una urgencia y necesito ayuda inmediata.
  + Escribe AYUDA en cualquier momento para acceder a recursos y datos de contacto en tu comunidad si necesitas ayuda en relación con violencia familiar, violencia sexual, salud mental u otras emergencias.

##### Preguntas (5 min)

###### Instrucciones

Haz las siguientes preguntas. Espera 1 o 2 minutos antes de pasar de una pregunta a otra. Espera un par de minutos para que todos puedan compartir antes de avanzar a la siguiente pregunta. Usa la estrategia de A-E-C-P mientras lees las respuestas de los participantes.   
  
También les puedes pedir a los participantes que levanten la mano si tiene algo que quieran compartir. Deja que participen de 2 a 3 personas. Asegúrate de que sus turnos para compartir sean breves.

* Abre la encuesta de Zoom con las siguientes preguntas:

¿Cómo fue su experiencia siendo padres, madres y cuidadores llevando la sesión de integración?

Respuestas

* 😄 ¡Me encantó!
* 😊 Informativa y Buena
* 😐 Más o Menos, Sentimientos Encontrados
* 😢 Tuve Algunas Dificultades
* 🥰 ¡Lo Disfruté Mucho!
* Plática sobre la primera experiencia con Crianza con Conciencia +

Pregúntale a los participantes si tienen alguna duda después de hacer una pausa. Puedes incitarles preguntándoles lo siguiente:

* + ¿Cómo fue tu experiencia interactuando con Crianza con Conciencia +?
  + ¿Tienes alguna pregunta sobre cómo interactuar con Crianza con Conciencia +?
  + ¿Te preocupa cómo vas a interactuar con Crianza con Conciencia + cuando estés en casa?

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

### 

### Módulo 4: Configuración de la App Formando Conciencia+ (5 min)

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 los padres, las madres y los cuidadores. Al usar Formando Conciencia+, las personas facilitadoras podrán compartir el contenido semanal y reunir toda la información necesaria de manera eficiente y sin complicaciones. El diseño estructurado e intuitivo de Formando Conciencia+ asegura que todas las funciones esenciales son fáciles de encontrar.

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

Formando Conciencia+ también contiene la Guía para el Facilitador la cual le da claridad al facilitador sobre cómo debe de impartir la sesión presencial, cómo debe informar la asistencia y cómo denunciar alguna situación de salvaguarda o protección.

Por favor, busca y descarga la App de Formando Conciencia+ en la Play Store de Google. Si no tienes acceso a la Play Store de Google, puedes acceder a la versión web de Formando Conciencia+ [aquí](https://plh-facilitator-mx.web.app/template/home_screen).

Abre Formando Conciencia+ en tu computadora y comparte la pantalla con las personas facilitadoras de este módulo.

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

* Presenta la App 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 padres, madres y cuidadores a la App de Formando Conciencia+
    - Acceder a la Guía del Facilitador para impartir la sesión presencial
    - Dirige 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)
* Abre [la versión web de la App Formando Conciencia+](https://plh-facilitator-mx.web.app/template/home_screen) en tu computadora y compártela en el webinar.
* Pídele a todos los participantes que abran la app en sus celulares.
* Guía a los 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, Inicio y Perfil:



* + Las cinco secciones de la pantalla de inicio
    - Guía del Facilitador
    - Sesiones de Chat
    - Preguntas Frecuentes
    - Desafíos Comunes
    - Salvaguardar y Proteger
  + La barra de Menú de la parte superior derecha sirve para dar retroalimentación.

### 

### Cierre (10 min)

Instrucciones

Repasa lo que has visto en el taller hasta ahora:

* Antecedentes, descripción general y estructura de Crianza con Conciencia +
* Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar como habilidades de facilitación
* Configurar la App Formando Conciencia+
* Demostración En Vivo de la Sesión de Integración (lo que falta de la demostración continuará mañana)

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

* Repasa las habilidades de facilitación que aprendiste hoy, especialmente el método AECP.
* Repasar todas las sesiones disponibles del chatbot de Crianza con Conciencia +. Al final de cada sesión, pídeles que escriban NUEVO para empezar una sesión nueva.
* Si los participantes tienen algún problema, pueden reiniciar el chat automatizado escribiendo REANUDAR.
* Recuérdales a los participantes que estas palabras clave solo son para usarse durante la capacitación, y que NO deben compartirlos con los padres, madres o cuidadores durante la sesión de integración.
* Comparte el programa para el Día 2 del taller

Pídele a las personas facilitadoras que compartan en la sección de Preguntas y Respuestas si es que tienen alguna duda sobre el taller.

## 

## Día 2: Taller de Formación de Facilitadores

### Resumen General de la Sesión

| Objetivos de la Sesión | * Los participantes podrán usar la App de Formando Conciencia+ para conectar los números de identificación de los padres, madres y cuidadores e informar sobre la asistencia. * Los participantes podrán facilitar la sesión de chat sobre el diálogo interno * Los participantes podrán proveer ayuda para solución de problemas y garantizar la salvaguarda y protección de los padres, madres y cuidadores | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Materiales | * Laptop o computadora portátil, Conexión a internet, Credenciales para el Webinar de Zoom | | | | |
| Preparación | * Revisar todos los materiales electrónicos y basados en tecnología que se van a usar antes de comenzar la sesión * Asegurar que todos los participantes tengan acceso al chatbot de Crianza con Conciencia + y al App de Formando Conciencia+ * Revisar que todas las encuestas y los ejercicios para la sesión estén listos desde antes de comenzar * Asegurar que todos los participantes tengan acceso a una laptop, conexión estable de internet y a un celular inteligente | | | | |

| Programa para la Sesión del Día 2 | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Módulo | | Actividades | | Preparación para Zoom | Tiempo | |
| Actividades para el Empezar el Día 2 | | * Te damos la bienvenida * Recordatorios * Plática para ponerse al día * Haz una Pausa * Preguntas y Reflexiones sobre el Día 1 | | Encuesta de Zoom para una Revisión de Emociones | 15 min | |
|
| Módulo 5: Preparación para la Sesión de Chat | | * Configurar el Grupo de WhatsApp * Establecer las Reglas Básicas del Grupo de WhatsApp * Establecer las Expectativas para el Rol de Facilitador * Agregar padres, madres y cuidadores a la App de Formando Conciencia+ * Aprender cómo informar sobre la asistencia a las sesiones | |  | 25 min | |
| Módulo 6: Llevando a cabo la Sesión de Chat de WhatsApp | | * Introducción a la Sesión de Chat de WhatsApp * A-E-C-P en la Sesión de Chat de WhatsApp * Cuestionario Sorpresa | | Cuestionario Sorpresa sobre A-E-C-P en WhatsApp | 35 min | |
|
| Mira tu Alrededor - Descanso Activo (5 min) | | | | | | |
| Módulo 7: 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 8: Abordaje para los Retos y Desafíos | | * Abordar los retos y desafíos comunes * Preguntas | |  | 20 min | |
| Cierre | | * Ejercicio de Amabilidad y Cariño * Círculo de Agradecimiento * Siguientes Pasos | |  | 15 min | |
|
|

### Actividades para el Empezar el Día 2 (15 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 los participantes por hacer el esfuerzo de asistir a la sesión aun cuando sus días son ajetreados;
   * Intenta comenzar puntualmente con el fin de modelarles esto para sus propios grupos.
3. Recuérdale a los participantes que:
   * Deben mostrar su nombre completo, el nombre de la organización y su ciudad o estado
   * Su audio se silenciará automáticamente al entrar a la sesión. Si quisieran hablar, tendrían que levantar la mano.
   * La sesión se graba con el fin de documentarse. Los participantes dan su permiso de ser grabados al asistir a la sesión.
   * Pueden usar la función del chat para responder a las preguntas hechas por el capacitador.
   * Pueden usar la función de Preguntas y Respuestas para hacerle preguntas al capacitador y a su compañero sobre Crianza con Conciencia +.
4. Comienza el día haciendo una pausa - reproduce el video de Haz una Pausa.
5. Abre la encuesta de Zoom para la Revisión de Emociones

¿Cómo te sientes hoy?

Respuestas:

* ☹️ *No muy bien*
* 😐 *Más o menos*
* 😊 *Bien*
* 🌟 *¡Excelente!*

1. Pídele a los participantes que se tomen un momento para reflexionar sobre lo que aprendieron ayer. Anímalos a que compartan una de las ideas principales de la sesión de chat del día anterior.

Mientras los participantes comparten sus ideas, instígalos a contestar las siguientes preguntas:

* ¿Cómo te ayudan las habilidades que aprendiste ayer en tu papel de facilitador?
* ¿Cómo fue tu experiencia con el chatbot de Crianza con Conciencia +?
* ¿Tienes alguna preocupación o anticipas alguna dificultad que se pueda presentar en la medida en que sigues implementando las estrategias que has aprendido?

Dedica unos minutos a revisar y discutir las respuestas del chat. Recuérdale a los participantes que son libres de interactuar con las reflexiones de los demás además de compartir sus propias ideas.

Recuerda que estás modelando cómo se debe impartir el programa a padres, madres y cuidadores ¡así que intenta ser activo, atractivo y positivo!

### 

### Módulo 5: Preparación para la Sesión de Chat (25 min)

###### Resumen

Ya les has demostrado a las personas facilitadoras cómo guiar a padres, madres y cuidadores en la sesión de integración hasta el uso del chatbot. En esta sección, guiarás a las personas facilitadoras en la preparación de su sesión de chat de WhatsApp. La App Formando Conciencia+ contiene toda la información que necesitan las personas facilitadoras para proporcionar apoyo en línea.

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

* 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+

#### 

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

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

Recuérdale a los 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 los padres, madres y personas cuidadoras que te asignen (si los tienes) 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. "Familias Conciencia+"
  2. Un nombre seleccionado por el grupo.

Cuando crees el nombre temporal de tu grupo, utilizarás "Crianza con Conciencia +".

Puedes mantener tu nombre temporal de grupo o agregar un nombre al nombre temporal de grupo.   
Por ejemplo, "Familias Conciencia+\_FamiliasFelices".

#### 

#### Establecer las Reglas Básicas del Grupo de WhatsApp (5 min)

###### Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p76))

Comparte las siguientes instrucciones sobre cómo las personas facilitadoras establecerán las reglas básicas para las sesiones de chat de WhatsApp:

Para que el grupo de WhatsApp sea un espacio seguro y cómodo para todos, pídele a los participantes que piensen para ellos qué es importante para sentirse cómodos, respetados, seguros y apoyados en el grupo.

¡Crianza con Conciencia + es un programa especial! Reúne a las familias para que aprendan y compartan experiencias comunes.

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

* Coloca un rotafolio y en la parte superior escribe: Reglas básicas
* Pídele a los participantes que compartan sus sugerencias.
* Escribe las reglas y los comentarios en el rotafolio para conservarlos como referencia después.
* **Asegúrate de que las Reglas Básicas describen comportamientos positivos.** Puedes pedir reglas sobre temas concretos, como el uso del celular, el respeto, etc.
* Puedes repetir lo que oyes y explorar las reglas para asegurarte de que todos los miembros del grupo están de acuerdo y entienden.
* Por ejemplo, si alguien menciona "Respeto", pregúntale qué significa para él o ella. ¿Qué tipo de comportamiento demuestra "Respeto"?
* Asegúrate de que todo el mundo está de acuerdo y tiene la oportunidad de contribuir antes de pasar a otra sugerencia.

Algunas sugerencias de reglas básicas para el Grupo de WhatsApp:

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

Recuérdale a los participantes que deben actualizar la Descripción del Grupo una vez acordadas las reglas básicas durante la sesión de integración.

Invita a los participantes a que sugieran reglas básicas adicionales en el chat para una sesión de chat en línea. Destaca 2 o 3 sugerencias del chat que sean dignas de mencionar y compártelas con el grupo para su consideración y debate.

#### 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:

* Ponerte en contacto y ve cómo va todo cada par de días hasta el final del curso
* Asegurarte de que todos los padres, madres y personas cuidadoras siguen las reglas básicas mencionadas anteriormente
* Plantear preguntas de discusión sobre la crianza de niños, niñas y adolescentes
* Reportar cualquier caso de abuso de niñas, niños, adolescentes y adultos
* Salir del grupo una vez terminado el programa. Sin embargo, los padres, madres y cuidadores pueden seguir aprendiendo a través de Crianza con Conciencia +. Al final del año, habrá nuevos cursos de Crianza con Conciencia +.

#### Agregar padres, madres y cuidadores a la App Formando Conciencia+ (10 min)

* Enseña el video de demostración que se encuentra en la App Formando Conciencia+ sobre cómo agregar a un padre, una madre o un cuidador y cómo agregar a su compañero de crianza.
* las personas facilitadoras podrán encontrar esta información en Formando Conciencia+ en la sección "Cómo agregar padres, madres y cuidadores e informar sobre la asistencia" de la Guía del Facilitador.
* En una diapositiva, comparte el perfil del padre, la madre o el cuidador y su compañero de crianza y pídele al facilitador que los agregue a su grupo.
* Instrucciones para agregar a un padre, una madre o un cuidador y a su compañero de crianza
  + Para agregar a un padre, una madre o un cuidador:
    - 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 introducir el identificador único (UID) de los padres, madres y cuidadores pídeles que escriban "ID" en Crianza con Conciencia +. Copia el número de 6 dígitos en el perfil del padre, madre o cuidador.
  + Para agregar a un compañero de crianza:
    - Si dos padres, madres o cuidadores participan juntos en el programa, 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 introducir el identificador único (UID) de los padres, madres y cuidadores pídeles que escriban "ID" en Crianza con Conciencia +. Copia el número de 6 dígitos en el perfil del padre, madre 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 los participantes unos minutos para ir siguiendo el video.
* Pídele a los participantes que lo intenten hacer en su App usando la información del padre hipotético que aparece en las diapositivas.

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

* Reproduce el video de las diapositivas y muestra 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 de WhatsApp.
  + Recuérdale a los participantes que deben informar sobre la asistencia de sus padres, madres y cuidadores 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 a los participantes si tienen alguna duda sobre cómo informar la asistencia a las sesiones.
  + Menciónales a las personas facilitadoras que también tendrán una lista en donde podrán informar sobre las actividades que realizaron.

### 

### Módulo 6: Llevando a cabo la Sesión de Chat de WhatsApp (30 min)

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

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

* Explícale a las personas facilitadoras que los grupos de WhatsApp de Crianza con Conciencia + son para proporcionarle a los padres apoyo adicional relacionado con las habilidades de crianza durante el programa.
* Pídele a los participantes que busquen la sección "Sesión de Chat" en la página de inicio de Formando Conciencia+.
* Muéstrale a los participantes las sesiones de chat:
  + Después de la Sesión de Integración
  + Día 3: Diálogo Interno
  + Día 5: Despedida
* Reproduce el 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.

#### A-E-C-P en la Sesión de Chat de WhatsApp (15 min)

###### Resumen

En esta sección demostrarás las habilidades básicas de facilitación de Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar en una sesión de chat de WhatsApp.

###### Instrucción ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p86))

* Comunícale a las personas facilitadoras que el día 3 dirigirán una sesión de chat de WhatsApp sobre el Diálogo Interno. Todos los mensajes que necesitan enviar se encuentran en versión borrador en Formando Conciencia+. Ahora verán un ejemplo de A-E-C-P utilizado durante la sesión de chat sobre el Diálogo Interno.
* Muéstrale a las personas facilitadoras, paso a paso, cómo es una interacción de WhatsApp entre un facilitador y un padre, una madre o un cuidador. Tú puedes leer los mensajes del facilitador, mientras tu compañero lee los mensajes del padre, la madre o el cuidador.
* Destaca las instancias en donde el facilitador usó el modelo de Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar.

#### Cuestionario Sorpresa (10 min)

###### Resumen

Este cuestionario de opción múltiple le ayudará a las personas facilitadoras a revisar su comprensión de Aceptar, Explorar, Conectar y Practicar en el formato de chat de WhatsApp.

Los participantes se enfrentarán a una afirmación hecha por un padre, una madre o un cuidador y tendrán que elegir la mejor respuesta del facilitador entre varias opciones:

###### Instrucciones:

Alista el siguiente cuestionario usando **preguntas de opción múltiple:**

| Preguntas | Respuestas | Respuestas Correctas |
| --- | --- | --- |
| Padre, madre o cuidador: No puedo evitar sentirme abrumado cuando mi niño o niña se porta mal. | * Es un sentimiento muy común y todos los padres, madres o cuidadores aprenden a afrontarlo con el tiempo. * Es difícil cuando tu niño o niña se porta mal. ¿Puedes compartir qué es lo que te hace sentir agobio en esos momentos? * La sensación de abrumación irá pasando a medida que tu niño o niña crezca. Sigue así y te irá bien. | * Es difícil cuando tu niño o niña se porta mal. ¿Puedes compartir qué es lo que te hace sentir agobio en esos momentos? |
| Padre, madre o cuidador: ¡No entiendo por qué mi adolescente se la pasa de mal humor últimamente! | * Ya sabes cómo son los adolescentes, es solo una fase. * Eso suena desafiante. ¿Puedes compartir algún momento en el que estuvieron de mal humor? * No lo pienses de más. Alégrate de que no estén haciendo algo arriesgado. | * Eso suena desafiante. ¿Puedes compartir algún momento en el que estuvieron de mal humor? |
| Padre, madre o cuidador: Creo que este curso no está relacionado con mi vida y mis problemas. | * Tal vez no puedas entenderlo. Sigue intentándolo. * Es normal que te sientas así, sigue adelante con el curso. * Entiendo que pueda parecer algo nuevo. ¿Puedes compartir más información sobre los problemas con los que estás luchando? | * Entiendo que pueda parecer algo nuevo. ¿Puedes compartir más información sobre los problemas con los que estás luchando? |
| Padre, madre o cuidador: Gracias por la plática. Agradezco el apoyo. | * Me alegro de haber podido ayudar. Recuerda que cuentas con apoyo, no pasa nada si pides ayuda. * Con el tiempo vas a ir aprendiendo a resolver las dificultades. * No hay problema, eres una persona fuerte. No necesitas mucha ayuda. | * Me alegro de haber podido ayudar. Recuerda que cuentas con apoyo, no pasa nada si pides ayuda. |

Una vez finalizado el cuestionario, resalta los principios en los que se basa la respuesta correcta.

| Respuestas | Respuestas Correctas | Principios A-E-C-P |
| --- | --- | --- |
| P: Padre, madre o cuidador: No puedo evitar sentirme abrumado cuando mi niño o niña se porta mal. | | |
| * No te preocupes. Todos los padres, madres y cuidadores aprenden a enfrentarse a estas cosas con el tiempo. * Es normal sentirse abrumado cuando tu niño o niña se porta mal. ¿Nos puedes compartir un poco más sobre lo que hace tu niño o niña en esos momentos? * La sensación de abrumación irá pasando a medida que tu niño o niña crezca. Sigue así y te irá bien. | * Es normal sentirse abrumado cuando tu niño o niña se porta mal. ¿Nos puedes compartir un poco más sobre lo que hace tu niño o niña en esos momentos? | Es importante reconocer y ACEPTAR las emociones de los padres, madres y cuidadores cuando se enfrentan a situaciones difíciles con su niño o niña. Ignorar o menospreciar estos sentimientos puede no ayudar a comprender y resolver los problemas. Entonces, podrás EXPLORAR la situación más detalladamente con el padre, madre o persona cuidadora. |
| P: Padre, madre o cuidador: ¡No entiendo por qué mi adolescente está tan de mal humor últimamente! | | |
| * Ya sabes cómo son los adolescentes, es solo una fase. * Eso suena desafiante. ¿Puedes compartir algún momento en el que estuvieron de mal humor? * No lo pienses de más. Alégrate de que no estén haciendo algo arriesgado. | * Eso suena desafiante. ¿Puedes compartir algún momento en el que estuvieron de mal humor? | Cuando el adolescente parece distanciarse, dedicar tiempo a entender los motivos por los que se comporta así es crucial para los padres, madres o cuidadores. Explora cómo podría haberse sentido el adolescente usando preguntas abiertas.  Las soluciones simples no siempre alcanzan a abarcar la complejidad de sus sentimientos y situaciones, y pueden llevar a una mala relación entre el adolescente y el padre, la madre o los cuidadores. |
| P: Padre, madre o cuidador: Creo que este curso no está relacionado con mi vida y mis problemas. | | |
| * Tal vez no puedas entenderlo. Sigue intentándolo. * Es normal que te sientas así, sigue adelante con el curso. * Entiendo que pueda parecer algo nuevo. ¿Puedes compartir más información sobre los problemas con los que estás luchando? | * Entiendo que pueda parecer algo nuevo. ¿Puedes compartir más información sobre los problemas con los que estás luchando? | Si los participantes sienten que los conceptos del programa están desconectados de su vida, no pasa nada. Explorar sus luchas puede ayudar a reducir esa distancia y hacer que el programa sea más relevante para sus experiencias. |
| Q: Padre, madre o cuidador: Gracias por la plática. Agradezco el apoyo. | | |
| * Me alegro de haber podido ayudar. Recuerda que cuentas con apoyo, no pasa nada si pides ayuda. * Con el tiempo vas a ir aprendiendo a resolver las dificultades. * No hay problema, eres una persona fuerte. No necesitas mucha ayuda. | * Me alegro de haber podido ayudar. Recuerda que cuentas con apoyo, no pasa nada si pides ayuda. | Al enfatizar la empatía en nuestras respuestas, creamos un espacio en el que las personas se sienten escuchadas, apoyadas y motivadas a buscar ayuda cuando es necesario. |

### 

### Descanso Activo - Mira tu Alrededor (5 min)

###### Resumen

Este es un descanso activo para que el grupo se mueva y estire un poco las piernas antes de regresar a la segunda parte del taller. Asegúrate de que tu compañero y tú demuestren cómo hacer los ejercicios físicos. Anima a todos los participantes a que prendan sus cámaras para el descanso activo.

Considera a las personas del grupo que puedan tener limitaciones en su movimiento o alguna discapacidad. Es muy importante que te asegures de que tus movimientos son suaves y de que tu respiración es relajada. También es importante que los participantes relajen sus cuerpos – especialmente los brazos, las piernas, el cuello y los hombros.

Lee en voz alta el siguiente texto.

###### Instrucciones [(Diapositiva)](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p106)

* Pídele a todos los participantes que se pongan de pie. Decirle que les vas a dar instrucciones para que sepan hacia dónde tienen que mirar. Tienen que girar la cabeza (solo la cabeza, no el cuerpo) y mirar hacia la dirección adecuada.
* Explica los detalles. Cuando les digas "Arriba", los participantes deben levantar la cabeza y mirar al techo (o al cielo). Cuando les digas "Abajo", los participantes deben bajar la cabeza y mirar al suelo (o a sus pies). Cuando les digas "Izquierda", los participantes deben girar la cabeza hacia su izquierda. Cuando les digas "Derecha", los participantes deben girar la cabeza hacia la derecha.
* Da las instrucciones. Di las palabras "arriba", "abajo", "izquierda" y "derecha" en un orden aleatorio y anima a los participantes a seguir tus instrucciones. Continúa dando las indicaciones y ve acelerando el ritmo.
* Cambia el significado de las palabras. Después de un minuto, dile a los participantes que vas a hacer un cambio. A partir de ese momento, arriba significará abajo y viceversa. Así, cuando digas "Abajo", los participantes deberán mirar al techo. Del mismo modo, cuando digas "Arriba", los participantes deberán mirar hacia abajo, a sus pies.
* Explícales que el significado de las palabras izquierda y derecha sigue siendo el mismo. Empieza a decir las cuatro direcciones en un orden aleatorio y pídele a los participantes que sigan las instrucciones. Recuérdales que tienen que tomar en cuenta el significado nuevo de las palabras arriba y abajo. Vas a ver que muchos cometerán "errores" y escucharás muchas risas avergonzadas.
* Concluye la sesión. Espera alrededor de un minuto para anunciar que la actividad se terminó.

### 

### Módulo 7: Salvaguarda y Protección (10 min)

###### Resumen

En esta sección guiarás a las personas facilitadoras para que sepan cómo crear un entorno seguro y de apoyo para todos los padres, madres y cuidadores 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 del niño o niña. El abuso incluye todas las formas de maltrato físico, sexual, psicológico y emocional. (Definición de Save the Children)
* La violencia contra los niños y niñas 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 infantil se refiere a la utilización del niño o niña para un beneficio económico o sexual, para gratificación o lucro, que a menudo da lugar a un trato injusto, cruel y perjudicial para el niño o la niña. (Definición de Save the Children)

Asistencia para Salvaguardar en Crianza con Conciencia + chatbot:

El chatbot 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 empoderadora 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 que buscan brindarle asistencia a los usuarios para que se pueden autorreferir a los servicios adecuados. Los padres, las madres y los cuidadores también pueden acceder al apoyo para la salvaguarda y protección al escribir la palabra AYUDA en Crianza con Conciencia + chatbot.

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 los participantes durante las sesiones presenciales y en línea:

Conoce las Políticas de Salvaguarda para las Infancias y Adolescencias, además de los procedimientos de remisión de tu organización

* Todas las organizaciones deben tener o desarrollar políticas para la salvaguarda de los derechos de las infancias, así como procedimientos de remisión que incluyan detalles sobre cómo responder adecuadamente cuando un padre, una madre, un cuidador o un niño o niña revelan un abuso.
* Tanto tú como las personas facilitadoras deben de tener un conocimiento preciso sobre todos los protocolos y planes de intervención. Los protocolos te indicarán lo que tienes hacer dentro de tu organización si un padre, una madre, un cuidador o un niño o niña denuncian un abuso (p. ej., a quién presentar la denuncia, recursos internos para apoyar a la niña o el niño), 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. Es importante que hablen de la situación con su supervisor para acordar qué pasos deben de dar a continuación.

Asegúrate de que los padres, madres y cuidadores sepan que eres alguien que puede ayudarles

* Los padres, madres y cuidadores que participan en las sesiones deben saber que pueden acudir al facilitador en busca de ayuda, independientemente de cuándo se dieron los abusos.
* las personas facilitadoras deben asegurarse de que los participantes sepan que pueden confiar en ellos y que los 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 el participante pueda compartir su historia.
* Escuchar atentamente al participante y tomar notas: qué/cuándo/dónde/quién.
* 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.
* Ser comprensivo y no juzgar sus respuestas: ¡evita 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 8: Abordaje para los Retos y Desafíos (20 min)

###### Resumen

Como facilitadores, es posible que se encuentren con diversos retos durante la impartición de Crianza con Conciencia +. En esta sección, tu objetivo es apoyar a las personas facilitadoras a reconocer algunos de los problemas que se presentan en la vida real y explorar un par de soluciones sugeridas para saber cómo navegar esas situaciones.

Les mostrarás a las personas facilitadoras algunos de los retos y les compartirás las soluciones sugeridas.

###### Instrucciones ([Diapositiva](https://docs.google.com/presentation/d/1EXuJBIEbd-WohBCFeso0FmL0TNwOnl8fi36HQT_hrsE/edit#slide=id.p115))

Comparte con las personas facilitadoras que, más allá de los retos discutidos el día de hoy, si necesitan apoyo hay formas de encontrar una solución:

* Explorar la sección de Preguntas Frecuentes de Formando Conciencia+
* Explorar la sección Desafíos Comunes de Formando Conciencia+
* Explorar la sección de Salvaguarda y Protección de Formando Conciencia+
* Ponerte en contacto con tu supervisor

**Reto 1:** Un padre, madre o cuidador necesita ayuda para entrar a Crianza con Conciencia + y no sé cómo responder a su pregunta.

**Sugerencia:** Ponte en contacto con tu supervisor.

**Reto 2:** Un padre, madre o cuidador tiene dificultades para participar en el Grupo de WhatsApp

**Sugerencias:** Explorar Preguntas Frecuentes en:

* Solo algunos padres, madres y personas cuidadoras participan activamente en las sesiones de chat mientras que otros no responden.
* ¿Y si nadie participa?

**Reto 3:** Un padre, madre o cuidador te provoca una reacción emocional ya sea en persona o en un grupo de WhatsApp.

Sugerencias:

* Es normal que nos afecten las experiencias de los padres, madres o cuidadores o las cosas que dicen durante el programa, sobre todo si se relacionan con nuestras propias vidas.
* ¡Haz una pausa! Un par respiraciones profundas pueden ser útiles para asegurarte de que respondas de manera constructiva en lugar de reaccionar negativamente en el momento.
* Busca apoyo. Habla sobre el tema con tu supervisor o con un compañero de trabajo con el que te sientas cómodo haciéndolo.

**Reto 4:** Sientes nervios y ansiedad por impartir Crianza con Conciencia +

**Sugerencias:**

* Siempre puedes hacer una pausa para controlar el nerviosismo o ansiedad.
* Prepárate bien revisando los materiales, ensayando la sesión de integración y pensando en las posibles preguntas que podrían hacer los padres, madres o cuidadores.

**Reto 5:** Un padre, madre o cuidador no se compromete con las reglas básicas

**Sugerencia:** Sigue la guía de "Un padre, madre o cuidador no se compromete con las reglas básicas" en Formando Conciencia+

Anima a los participantes a reflexionar sobre los posibles retos que se pueden presentar en la aplicación de las medidas de salvaguarda y a compartir sus ideas en el chat. A continuación, los formadores resaltarán entre 3 y 5 retos destacados y fomentarán un debate para explorar y proponer soluciones eficaces de forma colaborativa.

##### Preguntas (10 min)

Pídele a los participantes que compartan en la sección de Preguntas y Respuestas si es que tienen alguna duda sobre

* La preparación para la Sesión de Chat de WhatsApp
* Utilizar A-E-C-P en la sesión de chat
* Salvaguardar y Proteger
* Abordar los retos y desafíos comunes
* Cualquier otra duda sobre el programa.

#### 

#### Cierre (15 min)

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

Resumen

Al final de la sesión, los participantes aprenderán una última actividad para reducir el estrés – un ejercicio de Amabilidad y Cariño. Esta actividad ayuda a que los participantes se conecten con un sentimiento de bondad y cariño hacia sí mismos y sus familias. Esto le da un cierre a la actividad que está por culminar mientras reconecta a los participantes con una sensación de calma y bienestar.

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

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

Paso 1: Preparación

* A veces, cuando experimentamos estrés, nos sentimos solos o simplemente necesitamos apoyo, enviarnos pensamientos de amabilidad y cariño a nosotros mismos puede resultar 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. [Pausa]
* Siéntate y encuentra una posición cómoda, con los pies apoyados en el piso y las manos sobre tu regazo. [Pausa]
* Si sientes la suficiente comodidad, cierra los ojos. [Pausa]

Paso 2: Concientizarse

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

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. [Pausa]
* A continuación, puedes decirte en silencio las siguientes palabras [Pausa]

Que esté en paz. [Pausa]

Que esté a salvo. [Pausa]

Que tenga salud. [Pausa]

Que sea feliz. [Pausa]

Que sienta amor. [Pausa]

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

* Si sientes la suficiente comodidad, también puedes enviarle pensamientos de amabilidad y cariño a tu niño, niña o adolescente, a tu pareja, a tu familia o a cualquier otra persona cercana en tu vida. [Pausa]

Que estés en paz. [Pausa]

Que estés a salvo. [Pausa]

Que tengas salud. [Pausa]

Que seas feliz. [Pausa] Que sientas amor. [Pausa]

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

Paso 5: Reflexionar

* Tómate un momento para reflexionar sobre tu experiencia.
* Cuando sientas que ya has terminado, abre los ojos. [Pausa]

*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.

Anima a los participantes a escribir una cosa de la que se sientan orgullosos de haber hecho en este taller, y a felicitarse a sí mismos.

##### Próximos pasos (5 min)

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

* Recibirás un certificado por completar el entrenamiento
* Recibirás un correo electrónico con el enlace para la App del Facilitador y el chat automatizado
* Dirigirás la sesión de integración e informarás sobre la asistencia a la sesión de integración
* Nos pondremos en contacto contigo para llevar a cabo algunas entrevistas con el fin de conocer tu experiencia al participar en la primera edición de Crianza con Conciencia +

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

## 

## 

## 

## Apéndice

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

#### Para la Formación de Facilitadores

| ENTRENAR | Inicia el programa |
| --- | --- |
| NUEVO | Día Nuevo |
| REANUDAR | Reiniciar |
| SIGUIENTE | Continuar |
| MENÚ | Menú |

#### Para los Usuarios

| INICIAR | Inicia el programa |
| --- | --- |
| ID | Compartir la identificación de investigación |
| SIGUIENTE | Continuar |
| MENÚ | Menú |
|  |  |

**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.