

# Sesión de Integración

## Enlaces rápidos

[Resumen de la Sesión](#)

[Antes de Empezar](#)

[Desarrollo de la Sesión](#)

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



Apoyo en línea a través de Formando Conciencia+



Crianza con Conciencia+ WhatsApp

## Resumen de la Sesión

Sesión de Integración - Resumen	
Sesiones	<ul style="list-style-type: none"><li>• Las madres, padres y personas cuidadoras conocerán las sesiones y la estructura de programa Crianza con Conciencia+.</li><li>• Los participantes adquirirán conocimientos básicos del uso del teléfono para acceder a todos los contenidos relevantes del programa Crianza con Conciencia+ y participar en los grupos de apoyo de WhatsApp.</li><li>• Los participantes crearán acuerdos para trabajar en un ambiente seguro y respetuoso durante los grupos de apoyo de WhatsApp.</li><li>• Las madres, padres y personas cuidadoras se incorporarán al programa Crianza con Conciencia+ en Whastapp y completarán los pasos para incorporarse a su perfil y recibir la bienvenida.</li></ul>
Materiales	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cinta adhesiva, plumas, papel, rotafolio, refrigerios para el descanso (si aplica)</li><li>• Teléfonos celulares</li><li>• Aplicación de WhatsApp</li><li>• Router/conexión Wi-Fi</li><li>• Equipo de cómputo y proyector</li><li>• Formato de registro de asistencia de las familias</li></ul>
Preparación	<ul style="list-style-type: none"><li>• Acomodar la sala con las sillas en círculo.</li><li>• Preparar materiales y refrigerios para el descanso (si aplica)</li><li>• Guardar los números de WhatsApp en tu teléfono y crear un Grupo de Apoyo de WhatsApp con los asistentes a la sesión de integración.</li></ul>

Programa de la Sesión		
<a href="#">Bienvenida</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocerse mutuamente</li> <li>• Resumen del Programa Crianza con Conciencia+</li> </ul>	<b>15 min</b>
<a href="#">Primeros pasos con el chat automatizado Crianza con Conciencia+</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción al uso del teléfono</li> <li>• Integración al programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp</li> <li>• Resolver retos con el programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp</li> </ul>	<b>60 min</b>
<a href="#">Más adelante</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer Reglas Básicas</li> <li>• Papel del facilitador</li> <li>• Preguntas</li> <li>• Conectar Formando Conciencia+ y el Identificador Único (ID) del participante.</li> <li>• Actividad de cierre</li> </ul>	<b>45 min</b>
<b>Tiempo total: 2 horas</b>		

# Antes de Empezar

## Contenidos de la Sesión de Integración

La sesión de integración marca la pauta para que las madres, padres y personas cuidadoras conozcan el espíritu del programa Crianza con Conciencia+. Es importante crear un espacio acogedor y seguro para que los participantes se sientan a gusto y se familiaricen con el uso del programa Crianza con Conciencia+ a través de WhatsApp y se unan al Grupo de Apoyo de WhatsApp.

Empieza dando la bienvenida y agradeciendo a las familias su asistencia, así como su compromiso para mejorar su relación con sus niñas, niños y adolescentes y apoyarse mutuamente. Después, presenta el programa Crianza con Conciencia+ para que las familias sepan lo que pueden esperar al participar.

Permite que los participantes expresen sus propias razones y experiencias para participar en el programa Crianza con Conciencia+. Esto le da a los participantes un sentido de apropiación del proceso y nos ayuda a conocer mejor a cada participante.

Durante la sesión de integración, debes lograr lo siguiente:

1. Hacer que los participantes se sientan bienvenidos y apoyados.
2. Presentar el programa Crianza con Conciencia+ a las familias.
3. Acordar las reglas básicas para la interacción en el programa Crianza con Conciencia+ y WhatsApp.
4. Lograr que los participantes entiendan cómo utilizar sus teléfonos para realizar actividades relacionadas con el programa Crianza con Conciencia+, guiándolos a través de la integración al programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp.
5. Asignar a los asistentes las actividades para hacer en casa después de la sesión.

Recuerda que las madres, padres y personas cuidadoras son los expertos, ¡y tú eres el guía!



## Cómo preparar tu Grupo de Apoyo de WhatsApp

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

- Guarda en tu teléfono los nombres y números de WhatsApp de las madres, padres 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. "Crianza con Conciencia+"
  2. Un nombre seleccionado por el grupo.

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

Puedes mantener tu nombre de grupo temporal o añadir un nombre al nombre de grupo temporal.

Por ejemplo, "Crianza con Conciencia+\_FamiliasFelices".

## Desarrollo de la sesión



### Bienvenida

Da una bienvenida cálida y alegre a las madres, padres y personas cuidadoras cuando lleguen a la sesión ¡Halágalos por asistir a Crianza con Conciencia+!

Una vez que hayan llegado todos los participantes, puedes dar formalmente la bienvenida al grupo a la sesión de integración del programa Crianza con Conciencia+. [\(Diapositiva\)](#)

---

### Conocerse entre ustedes (10 min)

#### Resumen

Esta actividad ayudará a las madres, padres y personas cuidadoras a apreciar la diversidad de la sala y a descubrir las conexiones entre unos y otros.

#### Instrucciones [\(Diapositiva\)](#)

- Comparte con las madres, padres y personas cuidadoras que este es un ejercicio que se realiza en silencio. El facilitador leerá algunas de las afirmaciones una a la vez.
- Al final de cada afirmación, el facilitador hará una pausa.
- Indícales que si la afirmación es cierta para alguno de los padres, debe dar un paso hacia el frente.
- Toma un momento para que cada participante observe quién está en el círculo con ellos y quién no.
- Después, todos los que dieron un paso al frente vuelve al círculo inicial para escuchar la siguiente afirmación.
- Cuando se hayan leído todas las afirmaciones, invita a los participantes a añadir, de uno en uno, una afirmación que sea cierta para ellos y que no se haya mencionado ya.

Lee las siguientes afirmaciones en voz alta:

1. Solo tengo una niña o un niño increíble.
2. Algunas mañanas, realmente quiero dormir hasta mediodía.
3. Bailar es mi actividad favorita.
4. Soy una madre, padre o persona cuidadora de un adolescente.
5. Siento que ser adulto es difícil, pero me esfuerzo al máximo.
6. Cantar me ayuda a aliviar el estrés.
7. Soy padre o madre de una niña o un niño.
8. Todavía no domino el cambio de pañales.
9. Me gusta dibujar o pintar.
10. Tengo más de una niña, niño o adolescente.
11. Quiero aprender de los aciertos y errores de mi madre o padre.
12. Me encanta cocinar.
13. Cuando juego con mi niña o niño, yo también me convierto en un niño o niña.
14. Me gustaría mejorar mi relación con mi niña, niño o adolescente.

Después de leer las afirmaciones, anima a las madres, padres y personas cuidadoras a reflexionar sobre aquello que tienen en común con otros en la sala. Comparte con los participantes que nuestras experiencias pueden variar, y que esta diversidad es lo que hace que la comunidad de madres, padres y personas cuidadoras sea inspiradora y energizante. Con nuestros diferentes orígenes y experiencias, podemos aprender muchas cosas valiosas unos de otros.

---

## Resumen del Programa Crianza con Conciencia+ (5 min)

### Resumen

Esta sección ofrece un resumen de lo que es el programa Crianza con Conciencia+. Es como mostrarles un mapa del viaje que las familias harán juntas durante los próximos días.

## Instrucciones (Diapositivas)

### Objetivos y beneficios del Programa Crianza con Conciencia+

Comparte con las madres, padres y personas cuidadoras los objetivos y beneficios de formar parte del programa Crianza con Conciencia+.

El programa Crianza con Conciencia+ está dirigido a madres, padres y personas cuidadoras con niñas, niños o adolescentes de entre 2 y 17 años.

Ahora bien, cuando decimos "madres, padres y personas cuidadoras" y "crianza", nos referimos a alguien que cuida de las niñas, niños o adolescentes, ya sea esa persona su madre o padre biológico o no. Esto incluye a cualquier persona que sea un cuidador principal responsable del bienestar de la niña, el niño o el adolescente.

El objetivo del programa de Crianza con Conciencia+ es ayudar a construir relaciones abiertas, afectuosas y de confianza entre los cuidadores y sus niñas, niños o adolescentes. Cuando tenemos relaciones sanas y positivas, estas ayudan a las madres, padres y personas cuidadoras a mantener seguros a sus niños, niñas o adolescentes y apoyan su crecimiento y desarrollo.

### Principales componentes del Programa Crianza con Conciencia+

Explica que los participantes en el programa Crianza con Conciencia+, recibirán contenidos y apoyo de de tres formas principales:



#### **1. Programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp**

Las madres, padres y personas cuidadoras recibirán diariamente estrategias de crianza por WhatsApp que les ayudarán en la relación con su niña, niño o adolescente (sólo necesitan 5 minutos al día). Las madres, padres y personas cuidadoras recibirán 5 sesiones para mejorar su relación con su niña, niño o adolescente:

- Pasar Tiempo Uno-a-Uno mi niña o niño o adolescente
- Dar Reconocimiento y Halagar
- Crear una Rutina para el Tiempo Uno a Uno
- Identificar Emociones durante el Tiempo Uno a Uno
- Mantener la Calma Cuando hay Estrés



Al final de los 5 días, las madres, padres y personas cuidadoras recibirán un reconocimiento por completar el curso de Crianza con Conciencia+.



## 2. Grupo de Apoyo WhatsApp

Las madres, padres y personas cuidadoras participarán en sesiones de chat de WhatsApp para aprender a cuidar de su bienestar emocional para cuidar de sí mismos y de sus familias. Las madres, padres y personas cuidadoras también pueden compartir sus experiencias sobre las sesiones previas ofrecidas a través del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp.

Habrán tres sesiones de chat:

- Dentro de la Sesión de Integración: Bienvenida y presentaciones.
- Día 3: Diálogo Interno: Sesión de chat de WhatsApp sobre cómo nos hablamos a nosotros mismos y el estrés.
- Día 5: Celebración y Despedida

El Facilitador solo compartirá los temas a conversar en el grupo de Apoyo WhatsApp. Los facilitadores no **son moderadores**; solo interferirán si el contenido conversado va en contra de las prácticas de crianza positiva.

### Sesión Presencial

Las madres, padres y personas cuidadoras participarán en una sesión presencial, a la que asisten actualmente. Estas sesiones sirven para dar la bienvenida a las madres, padres y personas cuidadoras al programa Crianza con Conciencia+ y para proporcionarles apoyo en su proceso de integración.

Los participantes experimentarán cómo funciona el programa Crianza con Conciencia+ en Whastapp más adelante en esta sesión de integración, cuando realicen juntos las primeras actividades del programa Crianza con Conciencia+.



## Introducción a Crianza con Conciencia+ en Whastapp

Esta sección ayudará a los participantes a comprender los aspectos básicos del manejo de un celular (si no saben hacerlo ya). También iniciarán su interacción dentro del programa Crianza con Conciencia+ completando individualmente las primeras actividades en sus teléfonos durante la sesión. Esto les dará la oportunidad de compartir sus primeras experiencias y resolver cualquier dificultad.

### Introducción al Uso del Teléfono (30 min)

#### Resumen

Para que los participantes y sus familias se beneficien del contenido ofrecido por Crianza con Conciencia+ en WhatsApp, es importante que sepan utilizar su teléfono para hacer lo siguiente:

1. Acceder a todo el contenido relevante del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp e
2. Interactuar en las sesiones de chat de WhatsApp con otros participantes.

Durante la sesión de integración, explorarás varias funciones básicas del teléfono y realizarás algunas actividades iniciales del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp para asegurarte de que todos van al mismo ritmo. Si las madres, padres y personas cuidadoras tienen problemas con el uso del teléfono, ¡sus compañeros pueden ayudarles!

Algunos participantes pueden saber más que otros cómo utilizar su teléfono. Trata de identificar las lagunas y proporciona el apoyo específico que sea necesario. Esto permitirá que más padres, madres y personas cuidadoras accedan al contenido de Crianza con Conciencia+ en WhatsApp.

#### Instrucciones [\(Diapositiva\)](#)

Para que esta actividad sea interactiva, pide a los participantes que demuestren lo siguiente al grupo (y corrige/guía si es necesario):

## 1. Prender y apagar el teléfono

Muestra a los participantes:

- Cómo encender y apagar el teléfono. Señala claramente los tres botones del lateral (encendido/apagado, subir/bajar volumen).
- Dónde y cómo insertar una tarjeta sim y asegurarse de que funciona correctamente una vez encendido el teléfono.

Habla del PIN de la tarjeta SIM y de cómo puede bloquearse si no se introduce correctamente.

## 2. Ajustes del teléfono

Muestra a los participantes:

- Cómo aumentar y reducir el brillo del teléfono.
- Cómo instalar y desinstalar aplicaciones.
- Cómo hacer y compartir capturas de pantalla (esto es clave cuando tienen problemas técnicos).

## 3. Ajustes de WhatsApp

Recuerda a los participantes que recibirán el contenido del programa Crianza con Conciencia+ por WhatsApp.

Muestra a los participantes:

- Cómo encontrar y abrir WhatsApp.
- Cómo responder a los mensajes/indicaciones del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp (para recibir el siguiente contenido).
- Cómo abrir imágenes.
- Cómo abrir archivos de audio/video.

## 4. Carga del teléfono

Muestra cómo introducir correctamente el cargador del teléfono para evitar romper el sistema de carga.

Enfatiza la importancia de desconectar el teléfono del cargador una vez que esté completamente cargado para evitar la sobrecarga.

Utiliza el cargador original del teléfono para cargarlo.

#### 5. Activar y desactivar el paquete de datos

Muestra a los participantes cómo activar y desactivar los datos. Señala el cambio en la barra de estado cuando los datos están activados o desactivados (el H+/3G/4G en la barra de red).

Haz hincapié en que los datos no deben dejarse encendidos todo el tiempo, para minimizar el uso del paquete de datos y optimizar el uso de la batería.

Muestra a los participantes cómo revisar el saldo del paquete de datos y/o el uso del paquete de datos.

#### 6. Manejar el almacenamiento interno del teléfono

Asegúrate de que los participantes entienden que las aplicaciones, los videos, la música y las imágenes ocupan espacio en el teléfono y que este no funcionará correctamente si está demasiado lleno.

Muestra a los participantes cómo liberar espacio de almacenamiento si es necesario:

- Borrar archivos como videos, audio, imágenes, etc.
- Desinstalar aplicaciones

#### 7. Conciencia digital: Seguridad en Internet

Habla sobre los riesgos de hacer clic en enlaces sospechosos y de suplantación de identidad en Internet.

Asegúrate de que los participantes entienden que no se debe compartir información personal específica con personas o fuentes desconocidas, como por ejemplo:

- Contraseñas
- Información de la cuenta bancaria

- Ubicaciones
- Imágenes/videos personales o sensibles

## 8. Cómo evitar dañar tu teléfono

Muestra a los participantes cómo acceder al bloqueo de contraseña/patrón para proteger su teléfono de otros usuarios no autorizados.

Habla de cómo deben manejarse los teléfonos con cuidado, por ejemplo:

- Mantener los teléfonos fuera del alcance de sus niños, niñas o adolescentes
- Mantener los teléfonos alejados de la luz solar directa
- Mantener los teléfonos alejados de áreas de trabajo que puedan dañarlos, por ejemplo, agua, fuego, etc.

---

## Integración al programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp (20 min)

### Resumen

Los participantes tendrán ahora su primera interacción con el programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp en sus teléfonos.

### Instrucciones (Diapositiva)

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

#### 1. Iniciar un chat de WhatsApp en el programa Crianza con Conciencia+

Da a los participantes las siguientes instrucciones:

- Encienden su teléfono.
- Guarden como contacto el número de teléfono de Crianza con Conciencia+ (56 5100 6984).

- Abran WhatsApp, busquen 'Crianza con Conciencia+' e inicien un chat escribiendo INICIAR.



### **Nota**

Antes del siguiente paso, el programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp generará un número de 6 dígitos como identificador único para cada madre, padre y persona cuidadora. Al final de la sesión de integración, los facilitadores asociarán el identificador único de la madre, padre y persona cuidadora con la aplicación del facilitador Formando Conciencia+.

Consulta la sección "Cómo Reportar la Implementación del Programa" que se encuentra en la aplicación del Facilitador de Formando Conciencia+ para obtener orientación sobre este proceso.

## **2. Ajustes:**

Dile a los participantes que sigan las indicaciones del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp.

Crianza con Conciencia+ les pedirá que:

- Escriban su nombre y apellidos
- Elijan su sexo
- Estado
- Elijan su estado civil
- Escriban el nombre de su niña, niño o adolescente
- Elijan el sexo de la niña, niño o adolescente
- Indiquen la fecha de nacimiento de la niña, niño o adolescente

## **3. Video de introducción:**

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

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

#### 4. Información del usuario

Dile a los participantes que sigan las indicaciones del programa 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 elija a la niña, niño o adolescente que presente más problemas de conducta al inscribirse en el programa. Recuérdales que las estrategias que aprendan a través del programa pueden aplicarse a todos los niños, niñas o adolescentes. Sin embargo, durante su participación en el programa, pídele que se centre solo en una niña, niño o adolescente.

#### 5. Cuidar de sí Mismo (Diapositiva)

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

Dile a los participantes que sigan las indicaciones del programa 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 las madres, padres y personas cuidadoras si tienen alguna duda sobre el ejercicio.

#### 6. Hacer una pausa

Asegúrate de que las madres, padres y personas cuidadoras dejen de utilizar el programa Crianza con Conciencia+ antes de pasar a la primera sesión.

#### 7. Compartir sobre la primera experiencia con el Programa Crianza con Conciencia+

Pregúntale a los participantes si tienen alguna duda después de aprender la estrategia de Cuidar de sí Mismo. Puedes promover su participación preguntándoles lo siguiente:

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

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

---

### **Resolver retos en el chat automatizado de WhatsApp del Programa Crianza con Conciencia+ (10 min)**

#### **Resumen**

Los participantes pueden encontrarse con algunas dificultades al interactuar en WhatsApp con el programa Crianza con Conciencia+. Enséñales a los participantes cómo solucionar los problemas con el chat automatizado en WhatsApp.



## Instrucciones (Diapositiva)

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

- Estoy atorado en el programa 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:
    - Revisar tu avance en el programa
    - 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 dentro del programa Crianza con Conciencia+.
    - Obtener ayuda para superar retos específicos en la aplicación de nuevas habilidades.
- Tengo una emergencia 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 situaciones urgentes.

Pregúntale a las madres, padres y personas cuidadoras si tienen alguna duda sobre el uso del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp.



## Siguientes Pasos

### Establecer las Reglas Básicas del Grupo de WhatsApp (10 min)

#### Resumen

Acuerda reglas básicas que ayuden a hacer del programa un lugar seguro para aprender juntos. Es importante que el grupo establezca reglas básicas sobre cómo van a garantizar que su tiempo y sus experiencias juntos sean productivos. Estas reglas deben elaborarse en grupo y ser parte del grupo.

Las reglas básicas también son útiles para ayudarte a dirigir estas sesiones como facilitador. Pueden ser útiles cuando sea necesario recordarle a los participantes que **ellos** crearon las reglas para el desarrollo de las sesiones.

#### Instrucciones ([Diapositiva](#))

Comparte con los participantes que en esta sección hablarán de los siguientes pasos a seguir en el programa. Menciona que recibirán sesiones en WhatsApp a través del chat automatizado y que realizarás sesiones de chat con ellos en WhatsApp cada ciertos días.

Para que el grupo de WhatsApp sea un espacio seguro y cómodo para todos, pídele a los participantes que piensen qué es importante para ellos 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 (o usa el pizarrón) 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 esté de acuerdo y tenga la oportunidad de contribuir antes de pasar a otra sugerencia.

### **Algunas reglas básicas útiles pueden ser:**

*Puedes añadirlas 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).*



### **Reglas básicas para el programa Crianza con Conciencia+ chat automatizado en WhatsApp:**

- Compromiso para realizar las actividades diarias sugeridas.
- Pedir ayuda si tengo dificultades para acceder a las actividades.
- Asegurarse de que se tienen datos para realizar las actividades diarias del programa **Crianza con Conciencia+** .



### **Reglas Básicas para el grupo de apoyo de WhatsApp:**

- Respetar la privacidad de las fotos y videos personales que se envíen al grupo de chat.
- Cada persona es diferente y tendrá distintas experiencias que compartir.
- Respetarse 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.
- Compartir solo aquello con lo que se sientan cómodos.

- Las conversaciones en el grupo de WhatsApp se centrarán únicamente en temas relacionados con la crianza de un niño, niña, adolescente.
- ¡Siéntanse libres de hacernos cualquier pregunta!

Recuérdale a las madres, padres y personas cuidadoras que el grupo tiene reglas básicas para que se mantenga un ambiente seguro, positivo, en el que todos se sientan cómodos compartiendo. Si alguien rompe una regla involuntariamente, los facilitadores le enviarán a la madre, padre o persona cuidadora, un mensaje en privado con un amable recordatorio y compartirán las reglas a todo el grupo para recordarlas. Sin embargo, si un participante comparte algo inapropiado o sigue incumpliendo los acuerdos, es posible que el facilitador tenga que expulsarlo para garantizar que el grupo siga siendo un espacio seguro.



### Nota

Toma una foto de las Reglas Básicas en el rotafolio (o pizarrón) para que puedas compartirlas en el grupo de WhatsApp.

## Papel del facilitador (5 min)

### Instrucciones ([Diapositiva](#))

Comparte con las madres, padres y personas cuidadoras que a lo largo del programa Crianza con Conciencia+, tu papel será:

- Ponerte en contacto cada ciertos días hasta el final del curso.
- Asegurarte de que todas las madres, padres y personas cuidadoras siguen las reglas básicas acordadas anteriormente.
- Plantear preguntas relacionadas con su experiencia en la crianza de un niño, niña o adolescente para conversar sobre ellas.
- Reportar cualquier caso de abuso de niñas, niños, adolescentes y adultos.
- Despedirte y salir del grupo una vez terminado el programa. Sin embargo, las madres, padres y personas cuidadoras pueden seguir

aprendiendo a través del programa Crianza con Conciencia+. Al final del año, habrá nuevos cursos en el programa Crianza con Conciencia+.

---

## Preguntas (5 min)

### Resumen

Reflexiona con las madres, padres y personas cuidadoras sobre cualquier área específica del programa Crianza con Conciencia+ que requiera apoyo.

Anima a las madres, padres y personas cuidadoras a compartir cualquier duda o comentario mediante preguntas abiertas, como: "¿Hay algo en específico sobre el uso del programa Crianza con Conciencia+ en WhatsApp de lo que te gustaría saber más?", "¿Cuáles son tus primeras impresiones sobre la participación en los Grupos de Apoyo de WhatsApp?" o "¿Cómo se sienten para iniciar esta aventura juntos?"

Para responder a las preguntas de las madres, padres y personas cuidadoras ofrece información clara y concisa. Proporciona orientación paso a paso si es necesario.

### Instrucciones (Diapositiva)

Pregúntale a las madres, padres y personas cuidadoras si tienen alguna duda al respecto de:

- Uso del chat automatizado en WhatsApp del Programa Crianza con Conciencia+.
  - Participación en los Grupos de Apoyo de WhatsApp.
- 

## Vinculando la Aplicación Formando Conciencia+ y el ID del Participante (15 min)

### Resumen

Para poder reportar la asistencia de las madres, padres y personas cuidadoras, tendrás que conectar el identificador único de cada madre, padre y persona cuidadora con tu App Formando Conciencia+.

---

## Instrucciones

Sigue los pasos que se indican a continuación para añadir a cada participante a tu App Formando Conciencia+:

Para añadir a una madre, padre y persona cuidadora:

- Selecciona el ícono de perfil en la barra de navegación inferior.
- Elige "Añadir Madre, Padre y Cuidador"
- Introduce los datos de los participantes en el formulario. Para introducir el identificador único (ID) de las madres, padres y personas cuidadoras, pídeles que escriban "ID" en el programa Crianza con Conciencia+. Copia el número de 6 dígitos en el perfil madre, padre y cuidador.

Si dos madres, padres y personas cuidadoras de la misma familia participan juntos en Crianza con Conciencia+, debes vincular sus cuentas como se indica a continuación.

- Una vez que hayas añadido el primer perfil de la madre, padre o persona cuidadora; para añadir un segundo padre, madre o persona cuidadora selecciona "Añadir padre, madre y cuidador".
- Introduce los datos de la madre, padre o persona cuidadora en el formulario. Para introducir el identificador único (ID) de las madres, padres o personas cuidadoras pídeles que escriban "ID" en el programa 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 madres, padres y personas cuidadoras disponibles.
- Selecciona "Guardar".

\*Los perfiles de ambas personas cuidadoras se actualizarán para que aparezca el compañero de crianza.\*

## Actividad de Despedida (10 min)

### Resumen

Cierra la sesión con una actividad de despedida. Deja que los participantes decidan cómo quieren terminar la sesión. Puede ser una oración o un aplauso grupal.

### Instrucciones [\(Diapositiva\)](#)

- Pídele a todos que caminen lentamente por la sala.
- Invítales a reflexionar sobre lo que han aprendido hoy.
- Menciona que los pensamientos pueden divagar; pídeles que vuelvan suavemente a tu voz.
- Permite 3 minutos de reflexión individual en silencio.
- Después de 3 minutos, reúnanse en círculo.
- Invita a un voluntario a compartir una afirmación o algo que haya aprendido hoy.
- Continúa en el sentido de las manecillas del reloj, cada persona compartiendo brevemente.
- El facilitador puede modelar el compartir con una frase como: "Estoy impresionado con su compromiso por sus niñas, niños y adolescentes al asistir hoy a la sesión y participar en este curso".
- Da las gracias a todos por compartir y concluye la sesión con alegría: "¡Gracias por formar parte de Crianza con Conciencia +, un aplauso para todos!"

### Recuérdale a los participantes

- Estar atento a la próxima sesión del chat automatizado Crianza con Conciencia+.
- Compartir sus experiencias y retos en el Grupo de Apoyo de WhatsApp.

¡Agradece a los participantes el compromiso que han hecho consigo mismo, con su familia y entre ellos al asistir al grupo!