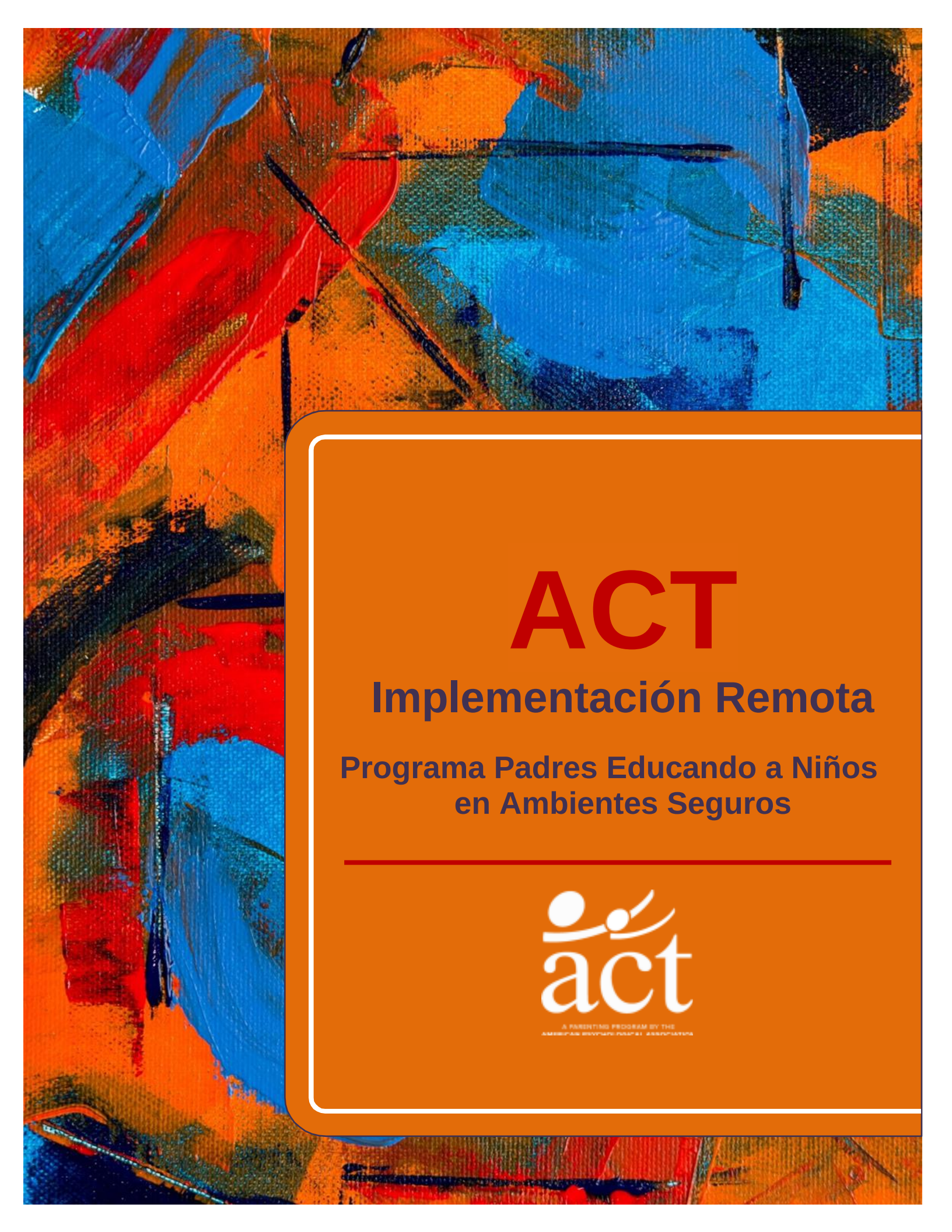




ACT

Implementación Remota

Programa Padres Educando a Niños
en Ambientes Seguros



A PARENTING PROGRAM BY THE
AMERICAN BRITISH PARENTS' ASSOCIATION



ACT Educando a niños en ambientes seguros

Manual de Implementación Remota

Stephne S. Rasiah B.S., Michele Knox, Ph.D. Milton Fuentes, Psy.D. and
Kimberly Burkhart, Ph.D.

Julio 2021

Este manual fue creado gracias al apoyo de



Ohio Children's Trust Fund
Ohio's Prevent Child Abuse America Chapter

Ana Maria Mendoza Puche MA, Juanita Lema Gómez B.A, Maria Clara Cuevas Jaramillo, PhD. y Natalia Cárdenas Zuluaga, MEd.

Diciembre 2021
Colombia

Este manual fue traducido gracias al apoyo de

Tabla de Contenidos

<i>Introducción: Adaptaciones Generales</i>	6
<i>Crear el Paquete de Bienvenida & Regalos Semanales</i>	9
<i>Actividades Virtuales Rompe Hilo</i>	10
<i>Sesión Preliminar / Semana 1</i>	11
<i>Sesión 1 / Semana 2</i>	16
<i>Sesión 2 / Semana 3</i>	21
<i>Sesión 3 / Semana 4</i>	23
<i>Sesión 4 / Semana 5</i>	27
<i>Sesión 5 / Semana 6</i>	31
<i>Sesión 6 / Semana 7</i>	34
<i>Sesión 7 / Semana 8</i>	39
<i>Sesión 8 / Semana 9</i>	45

La foto de la portada es de [Steve Johnson](#) con [Unsplash](#).

Este manual está basado y complementa el Manual del facilitador de ACT.

Silva, J. (2011). *ACT Raising Safe Kids Program*. Washington, D.C. American Psychological Association.

ACT Implementación Remota

Introducción: Adaptaciones Generales

El objetivo de este manual es apoyar a los facilitadores ACT, Padres Educando a Niños ambientes seguros (ACT), que están implementando el programa de manera remota, usando plataformas virtuales. Este manual propone adaptaciones a las actividades incluidas en el manual original de ACT para los facilitadores y está pensado para que sea usado apoyándose en éste. El contenido de este manual está basado en un proyecto piloto dirigido por las Dras. Kimberly Burkhar y Michele Knox, y financiado por el Ohio Children's Trust Fund. El estudio incluyó la implementación de ACT usando plataformas virtuales en siete lugares diferentes (dos instituciones comunitarias de salud mental, tres instituciones de servicio social/familiar y dos hospitales universitarios). Los facilitadores del proyecto realizaron un seguimiento juicioso de las actividades llevadas a cabo por ellos y proporcionaron retroalimentación detallada en cuanto a la confiabilidad, adaptaciones, obstáculos y logros. Se incluyeron grupos focales para fomentar las discusiones de grupo y la solución de problemas alrededor de lo anterior. Este manual resume las retroalimentaciones recogidas con el propósito de proporcionar una guía y ejemplos a los facilitadores que en el futuro van a llevar a cabo el programa de manera remota.

La implementación del programa ACT de manera remota tiene varios beneficios. Quizá, el más importante es que los padres y cuidadores, que de alguna manera no habían podido tener acceso al programa, lo pueden hacer bajo esta modalidad. Padres que viven en lugares donde no hay facilitadores certificados, por ejemplo, pueden inscribirse en el programa dirigido por un facilitador que se encuentre en otro lugar. Padres que no tienen acceso a medios de transporte o servicios de cuidado infantil pueden tener más oportunidades para participar. Además, realizar el programa de manera remota puede disminuir los costos asociados a los factores antes mencionados. El hecho de poder participar desde casa puede beneficiar a aquellos padres que puedan presentar resistencias a hacer parte del grupo de manera presencial debido a varios factores (por ej: ansiedad social, preocupación a hablar en público). Aquí la clave está en las habilidades del facilitador para captar a estos padres. La captación de los padres para la participación en el programa puede ser el paso más difícil para iniciarlo. Sin embargo, las opciones que se ofrecen desde la virtualidad, pueden permitir a los facilitadores expandir sus posibilidades para llegar a padres que se

encuentren por fuera de su área local, que están enfrentando obstáculos que no les permiten acceder a éste y otras razones. Llevar a la práctica el programa de manera remota también puede presentar inconvenientes. La unión del grupo se puede ver disminuida cuando los padres no tienen la oportunidad de conocerse en persona e interactuar libremente. Por esta razón, es de suma importancia que los facilitadores promuevan interacciones y la unión del grupo cada vez que les sea posible. Adicionalmente, algunas de las actividades que son la base del programa requirieron adaptaciones importantes por lo que pueden no impactar lo suficiente o ser beneficiosas. Uno de los objetivos de este manual es abordar lo anterior. Además, el enfoque de los participantes puede no ser el óptimo al participar de manera remota. Los facilitadores deben estar atentos a monitorear las señales no verbales (por ej: mirada distraída, comportamientos que indican desinterés). Por último, las dificultades técnicas pueden impedir que los participantes entiendan por completo el contenido, interfieran en las interacciones sociales o causen frustración. Previo a que se comience el programa, los facilitadores deben practicar usando la plataforma escogida, para estar al tanto de todas las opciones técnicas que ésta puede ofrecer y leer manuales o páginas web que expongan soluciones en cuanto a los problemas que puedan surgir. También deben guiar a los padres en los pasos a seguir para conectarse a las reuniones de manera remota y permitirles que practiquen, antes de que comience el programa.

Los facilitadores que están considerando realizar el programa de manera remota, deben considerar las distintas técnicas usadas en telesalud. Por ejemplo, es importante asegurarse de conocer dónde se encuentra cada miembro del grupo y cómo contactarlos, en el caso de que surjan dificultades técnicas. Los facilitadores deben pedir y recordar a los participantes que mantengan sus cámaras encendidas durante toda la sesión. Para proteger la seguridad del grupo, se debe decir a cada miembro que se asegure de estar conectado a una red de internet privada. Por la misma razón, el facilitador debe trabajar de manera individual con cada participante en identificar un lugar privado en el que otros no puedan escuchar las conversaciones del grupo o ver a los demás miembros de éste. Se sugiere pedirles a los participantes que se ubiquen cerca de una pared con el dispositivo mirando hacia ellos, para que las personas que están en la casa no puedan ver a los miembros del grupo.

Este manual está escrito para favorecer a los facilitadores al proporcionar una variedad de plataformas de audio y video. Algunas de las actividades sugeridas (por ej.: el tablero virtual o las salas alternas de trabajo) infortunadamente no las podrán realizar todos. Cada vez que fue posible, intentamos proporcionar alternativas que fuesen útiles para aquellos facilitadores que puede que no tengan acceso a dichas opciones. ¡Esperamos que este manual sea útil y que puedan usar la versión remota de este programa para beneficiar a familias que se encuentren tanto lejos como cerca a ustedes!

ACT Implementación Remota

Crear el Paquete de Bienvenida y los Regalos Semanales

Antes de iniciar el programa, se sugiere la creación de un paquete de bienvenida para ser enviado al mail de los participantes. Compre talonarios para rifas, guarde los talonarios de cada boleta y reparta las boletas a los participantes. A medida que vaya realizando las rifas, puede ir quitando los talonarios de los boletos para identificar a los ganadores semanales. Aquí les presentamos tres ejemplos de paquetes que ustedes pueden crear. Siéntase libre de agregar o quitar dependiendo de los recursos que tiene disponibles.

Nivel 1

- Manual para padres
- Talonario para rifas
- Caja para armar (caja de sueños)
- Crayones, Marcadores, Lapiceros, Papel
- Pegante, Tijeras, Carpetas
- Premios para niños
- Tarjetas de regalo para los ganadores de la rifa (Envío Semanal)
- Notas de ánimo escritas a mano (Envío Semanal)
- Enviar comida a los participantes, que llegue antes de empezar la sesión, para que todos puedan “comer juntos”, lo que puede mejorar la unión del grupo

Nivel 2

- Manual para padres
- Tiquetes para rifas
- Caja para armar (caja de sueños)
- Tarjetas de regalo para los ganadores de la rifa (Envío Semanal))

Nivel 3

- Tarjetas de regalo para los ganadores de la rifa (Envío Semanal)
- Manual para padres

ACT Implementación Remota

Adaptaciones virtuales para las Actividades Rompe Hielo

Las actividades Rompe Hielo son una gran oportunidad para que los participantes comiencen a familiarizarse con las plataformas virtuales. Trata de integrar diferentes herramientas como el chat, las salas alternas y el tablero, según lo permita la plataforma en uso.



ACT Implementación Remota

Sesión preliminar / Semana 1

Consideraciones:

La mayoría de las discusiones pueden modificarse fácilmente utilizando la función del tablero virtual, compartiendo la pantalla, el cuadro de chat o utilizando crayones, marcadores y papel. Todos los documentos que se compartan pueden enviarse por correo electrónico o colocarse en una carpeta virtual (Dropbox, Google Drive). Cuando utilice la función de tablero virtual, haga capturas de pantalla o exporte las anotaciones a un PDF antes de borrar la pantalla. Considere la posibilidad de contar con un facilitador para mitigar los problemas técnicos, de modo que el desarrollo de la clase no se vea interrumpido para todo el grupo.

Materiales:

Marcadores, cuaderno de notas, formularios de Google para "¿Qué quieres del programa ACT?" y "Cuestionario previo al Programa", reglas de preparación, Hoja de Balance de Decisiones, hoja de trabajo del Plan de Cambio

Actividad	Original	Adaptación
-	Sugerencias generales para los facilitadores	Antes de comenzar el programa, reúnanse con los participantes individualmente para discutir de sus objetivos y de lo que les gustaría obtener del Programa ACT. Dedique unas horas a aprender a navegar por su plataforma virtual. Asegúrese de que sabe cómo solucionar los problemas técnicos básicos (por ejemplo, problemas de inicio de sesión) que puedan surgir durante las sesiones. Lleve siempre consigo su teléfono móvil durante las sesiones por si algún participante tiene problemas técnicos y necesita ponerse en contacto con usted para pedirle ayuda. Se sugiere crear un grupo de WhatsApp o por la app que sea más conocida para todos. Utilice una plataforma como Google forms para enviar y recibir encuestas. Utilice Word para tomar notas sobre las ideas y el debate de los participantes, y utilice la pantalla compartida para compartirlas con el grupo. Use power point o word para mostrar o explicar conceptos de alto nivel.
2	Comuniqué a los participantes la siguiente información:	Solicite a los padres que mantengan el micrófono apagado si no están haciendo uso de la palabra.
3-b	Use el rotafolio para escribir algunas reglas y pida a los participantes que contribuyan a las suyas.	Utilice el chat, el tablero virtual o una presentación de PowerPoint donde escriba las reglas de la sesión y comparta la pantalla. Al final de la sesión, puede enviar a los padres un correo electrónico con la captura de pantalla o un PDF con la lista final.

ACT Implementación Remota

Sesión preliminar / Semana 1: Continuación

Activity	Original	Adaptación
6-a	<u>Los participantes utilizarán las fichas</u> para escribir dos sueños o metas que quieran alcanzar sus hijos.	Use el chat o alguna herramienta en línea como Padlet, Dropbox o Google Drive.
6-a	A continuación, entregue a cada uno de los participantes una caja, y dígame que es su “Caja de los sueños”. <u>Si hay espacio, guarde las cajas en el salón.</u>	Antes de la sesión, envíe a los participantes una caja para que la decoren durante la sesión. O Sugiera que los padres utilicen una carpeta virtual (por ejemplo, Dropbox o una carpeta de Google) para almacenar los sueños y otros materiales del programa. O Proporcione a los participantes un cuaderno y llamarlo “libro de los sueños”. Anime a los participantes a tomar notas durante las sesiones y a escribir información que hayan aprendido para ayudarles a ayudar a sus hijos.
6-b	Para poder identificar las expectativas y las metas a alcanzar para el programa, use el cuestionario ¿Que espera usted del programa ACT? <u>Distribuya el cuestionario y ayude a los que tengan dificultad.</u> Explique que el cuestionario les ayudará a estar seguros de lo que esperan obtener del programa para que se les pueda ayudar mejor.	Envíe el formato por medio del correo electrónico, alguna carpeta virtual (Dropbox, Google folder) o través de la función de “Archivos” en Zoom o grupo de WhatsApp.

7-b-d	b - Balance de Decisiones... [en grupos pequeños] utiliza la hoja para enumerar los pros y los contras. c - Regla de la preparación d - Hoja de trabajo del Plan de Cambios... recoger las hojas de trabajo	b - Brinde ejemplos compartiendo la pantalla. Divida a los participantes en salas de reunión para que reflexionen y completen el Balance de Decisiones. Asigne un ejemplo por grupo. c - Utilice la función de anotación d – Cree a través de correo electrónico, la carpeta virtual (Dropbox Google carpeta) o la función de archivo en el zoom.
--------------	--	--

Hoja de trabajo: “Balance de la decisión”

Objetivo: Incrementar la concientización sobre cualquier ambivalencia del comportamiento que se desca cambiar y del proceso de cambio.

Instrucciones: En los espacios en blanco de las frases de la primera columna, escriba el comportamiento que desea cambiar. En las siguientes columnas, escriba los beneficios y costos que se presentarían si se realiza el cambio, comparándolo con el hecho de mantener este comportamiento. Considere el cambio específico que desee hacer.

Decisión	Beneficios /Pros	Costos /Contras
Hacer un cambio en _____ _____ _____ [el comportamiento]		
No hacer un cambio en _____ _____ _____ [el comportamiento]		

Plan de cambio

Objetivo: Desarrollar un plan concreto para cambiar algo en la vida de los participantes.

Hoja de trabajo: El Plan de cambio I

Los cambios que quiero hacer en la forma que crío a mis hijos son:
Las razones más importantes por las cuales quiero hacer este cambio son:
Las metas que quiero lograr al realizar estos cambios son:
Realizaré los siguientes pasos para hacer los cambios que necesito:

ACT Implementación Remota

Sesión 1 / Semana 2

Materiales:

Marcadores, papel, caja de sueños, tareas, manual de los padres.

Actividad	Original	Adaptación
5-b	<u>Utilice un rotafolio</u> , creando dos columnas: Cosas buenas/cosas malas y anote sus respuestas debajo de cada una.	Utilice el tablero virtual o comparta su pantalla y escriba las respuestas en una diapositiva de PowerPoint u otro documento en línea. O Anote las respuestas utilizando lapiceros, lápices de colores y papel. Levante para mostrar a los padres después de escribir cada una de sus afirmaciones.
6-a	Comience pidiendo ejemplos de comportamientos comunes de los niños que cambian a medida que crecen... <u>Escriba en el rotafolio</u>	Ver arriba (anterior)
6-d	<u>Actividad</u> de cuatro grupos de edad	Envíe por correo electrónico o coloque por adelantado un documento de Word de los escenarios en una carpeta virtual (por ejemplo, Dropbox o carpeta de Google) Divida a los padres en cuatro grupos de trabajo y designe un líder para cada uno. Utilice la función de zoom que permite crear grupos de trabajo que pueda observar y supervisar. Pida a los líderes que anoten las respuestas con lapiceros o lápices de colores, para compartirlas con todo el grupo. Si el grupo es pequeño, considere la posibilidad de utilizar los PowerPoint del escenario para suscitar el debate y registrar las respuestas utilizando el tablero virtual, la pantalla compartida o un papel. Vea los escenarios en la página siguiente.

ACT Implementación Remota

Sesión 1 / Semana 2: Continuación

Actividad	Original	Adaptación
6-d	Escenarios	0-18 meses, Situación nº 1: "Mi bebé de 4 meses no deja de llorar. Estoy agotada. Hace meses que no duermo una noche completa, y aquí va de nuevo: Otra noche de horror: ¡un bebé que grita y no duerme!" 18-36 meses, Situación nº 2: Un padre estaba en una tienda de comidas cuando su hijo de 2 años cogió una caja de caramelos de la estantería. El padre le dijo que no podía coger los caramelos y que, si quería algo, tenía que pedirlo. En lugar de obedecer, el niño empezó a llorar, a gritar y a golpear al padre y luego se tiró al suelo en plena rabia. 3-5 años, situación nº 3: Dos niñas de cuatro años estaban jugando y estaban contentas de estar juntas. Todo parecía estar bien hasta que Emma empezó a gritar. Su amiga Sally estaba encima de ella, jalando del pelo. Emma gritaba y señalaba una muñeca rota en el suelo. 6-8 años, Situación #4: Últimamente, Melissa no quiere ir a la escuela. Tiene 8 años, tiene sobrepeso y es tímida. Ha empezado a quejarse de que los niños del colegio la atormentan, se burlan de ella y la insultan.
6-e	Pida a los participantes que abran su Manual para Padres en las páginas de las hojas informativas sobre conductas desafiantes o <u>distribuya copias de las hojas informativas.</u>	Proporcione el folleto con anticipación por correo electrónico, o utilice una carpeta virtual (Dropbox o carpeta de Google) o la función de archivo en Zoom.

7-b	<u>Pida a los padres que se dividan en pequeños grupos</u> y hablen sobre... <u>Escriba las respuestas en un rotafolio.</u>	Utilice la función de Zoom que permite crear grupos de trabajo que puede observar y supervisar. Divida a los padres en cuatro grupos de trabajo y designe un líder para cada uno. Pida a los líderes que anoten las respuestas con lapiceros o lápices de colores en una hoja de papel, para compartirlas con todo el grupo. Muestre las respuestas escritas. Como alternativa, comparta su pantalla y escriba las respuestas de cada grupo mientras las comparten con toda la clase.
-----	---	---

ACT Implementación Remota

Sesión 1 / Semana 2: *Continuación*

Actividad	Original	Adaptación
7-c	Pregunte a todos los participantes por qué creen que los niños pequeños se portan mal. <u>Escriba sus respuestas en el rotafolio.</u>	Utilice el tablero virtual, comparta su pantalla y escriba las respuestas en un documento, anime a los participantes a escribir sus respuestas en el cuadro del chat o utilice marcadores, lapiceros y papel para escribir sus respuestas.
7-d	Pida a los participantes que <u>se dirijan a la persona de su derecha</u> y hablen de...	Utilice la función de sala de reuniones o realice en un debate de grupo utilizando el tablero virtual, compartiendo su pantalla o utilizando marcadores y papel. Utilice una página por pregunta.
8-c	Vuelva a la actividad de los cuatro escenarios y a los carteles. Pida a los participantes que indiquen cuáles de las respuestas de los adultos pueden considerarse reacciones o respuestas. <u>Pida a los participantes que marquen cuál sería la respuesta adulta adecuada en cada escenario.</u>	La forma en que haya realizado esta actividad anteriormente, determinará la forma en que se extraiga y se refiera a los escenarios. Pida a los padres que vuelvan a sus grupos anteriores para discutir el tema. O Si el grupo es pequeño, comparta la lista de respuestas previamente recopilada y discuta en grupo.
10-a	Entrégueles fichas para que escriban las respuestas. <u>Pídales que pongan las tarjetas en su Caja de los Sueños</u>	Invite a los padres a reflexionar sobre lo que han aprendido hoy y pídale que escriban sus respuestas en un papel -una carta para sí mismos- y que lo coloquen en su Caja de los Sueños. Repita este paso después de cada sesión.

10-b	Pregunte a los participantes: "¿Qué es lo que ha cambiado en la forma de tratar los comportamientos de sus hijos?" <u>Escriba sus respuestas en el rotafolio.</u>	Utilice el tablero virtual, comparta su pantalla o utilice rotuladores, lapiceros y papel para escribir sus respuestas
-	Idea complementaria	Comparta y discuta el breve vídeo "Los niños ven, los niños hacen".

Nombre: _____ Fecha: _____

01| Lea las definiciones de REACCIONAR y RESPONDER:

Reaccionar: Ocurre cuando la primera palabra o acción viene a la mente sin pensarlo y respondemos con las emociones. Por ejemplo: el bebé llora y la madre le grita y lo sacude.

Responder: Ocurre cuando nos tomamos tiempo para calmarnos y para pensar los motivos del comportamiento del niño y cuál es la mejor acción que se puede tomar. Por ejemplo: el bebé llora y el padre o familiar mira a ver si el bebé tiene hambre, o tiene sueño, o está enfermo, y lo trata de calmar en sus brazos.

02| Ejemplo de REACCIONAR

a. Escriba un ejemplo en el cual usted **reaccionó** a un comportamiento de su hijo la semana pasada:

b. ¿Qué puede hacer diferente la próxima vez en la misma situación?

03| Ejemplo de RESPONDER

a. Escriba un ejemplo en el cual usted **respondió** a un comportamiento de su hijo la semana pasada:

b. Explique por qué esto fue una respuesta y no una reacción.

ACT Implementación Remota

Sesión 2 / Semana 3

Materiales:

Marcadores, papel, caja de sueños, muñeca de papel, cinta adhesiva, manual de los padres, tareas.

Actividad	Original	Adaptación
4-f	Mostrar ACT TV PSA	Navegue hasta el ACT TV PSA de la página web; téngala abierta y pausada. Luego, use la función de compartir pantalla para visualizarla con los participantes
4-i	Muñeco de papel	Envíe a cada participante un muñeco de papel antes de la sesión. Complete la actividad tal y como está escrita. O Muestre el muñeco de papel con su cámara y pida a los padres que compartan situaciones negativas y adversas que pueden ocurrir a los niños pequeños. Arranque un trozo del muñeco cada vez que un participante comparta una situación negativa Pida a los participantes que piensen en acciones positivas que puedan ayudar al niño a sanar y a sentirse seguro. Cada vez que un participante comparta una idea, pegue o grape un trozo. Muestre el muñeco con todas las marcas. Pida a los participantes que cierren los ojos y completen la actividad, y luego, discutan la actividad en grupo.

Nombre: _____ Fecha: _____

01| Lea la definición de factores de riesgo que usted aprendió en la sesión:

Los factores de riesgo son situaciones o condiciones que pueden estar presentes en las vidas de los niños y que contribuyen al desarrollo del comportamiento agresivo.

02| Ahora, díganos ¿qué factores de riesgo ha experimentado su hijo esta semana? Marque su respuesta con una X en la columna correspondiente en la tabla.

Factores de riesgo Mi hijo o mis hijos...	Sí, mi hijo experimentó este factor de riesgo	No, mi hijo no experimentó este factor de riesgo
Miró violencia en la televisión		
Vió otra gente pelear		
Fue ridiculizado		
Fue insultado o amenazado		
Le dieron o pegaron		
Lo empujaron		
Le gritaron		

ACT Implementación Remota

Sesión 3 / Semana 4

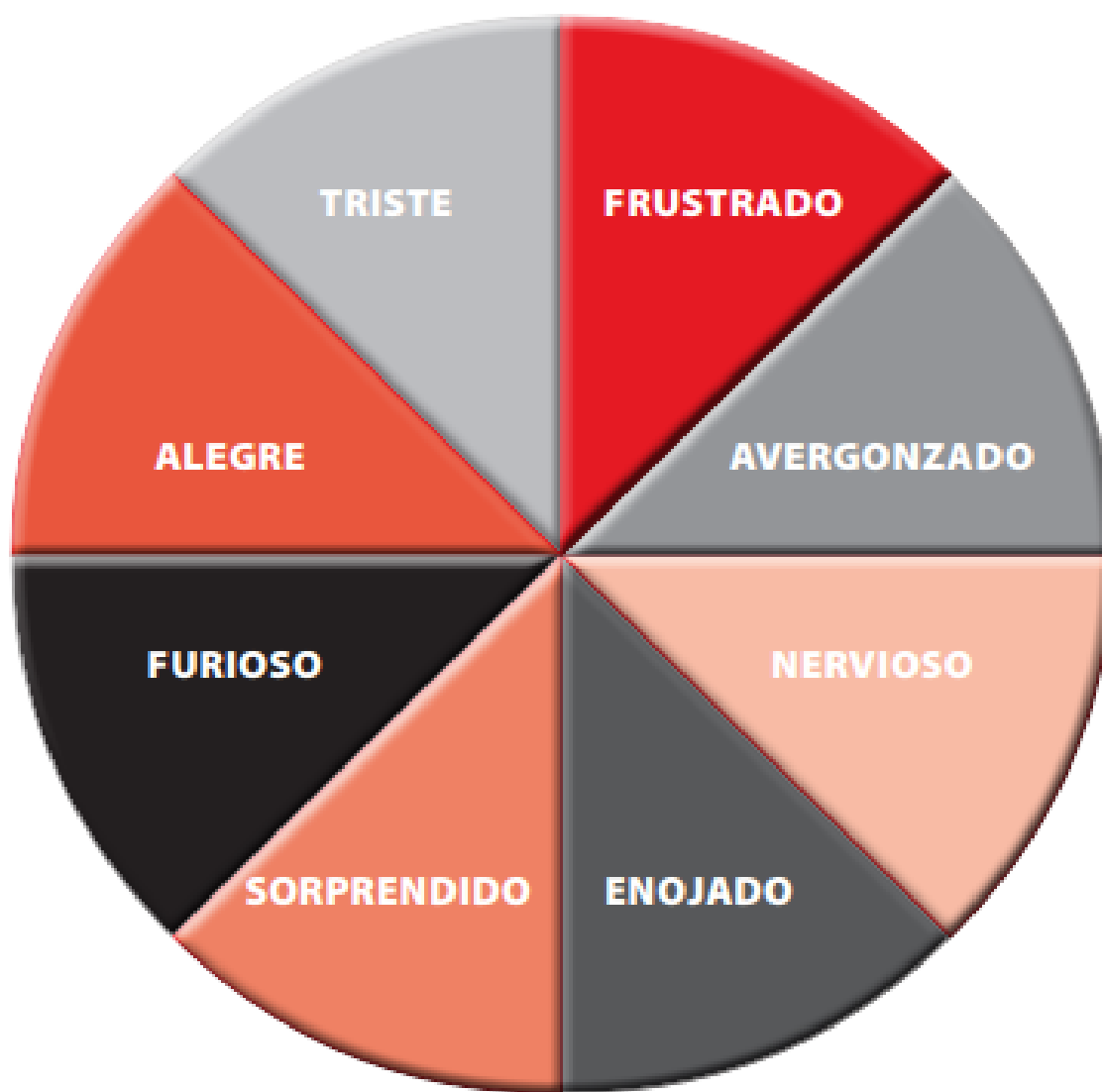
Materiales:

Marcadores, papel, caja de los sueños, manual de los padres, rueda de los sentimientos, folleto del modelo REPIENSE y tareas.

Actividad	Original	Adaptación
2	Propósitos de la sesión	Crear un PowerPoint
4-a	Expresiones de ira	Crear un PowerPoint
5-b	<u>Cada participante debe hacer un turno para girar y no repetir ninguna de las sensaciones.</u>	El facilitador muestra la rueda, la hace girar y pide a los participantes, de uno en uno, que compartan su respuesta.
6-b	Controlar la ira: Primer paso y segundo paso	Crear un PowerPoint que muestre el Primer Paso (calmarse) y el Segundo Paso (entender su ira)
6-b-c	Controlar la ira: Escenario 1 y 2	Muestre el escenario 1 en su pantalla y pida al grupo que utilice el modelo REPIENSE para responder a las preguntas enumeradas. Repita con el escenario 2. Escenario 1: <i>Joanna, de cinco años, esperaba ansiosamente que su madre, Linda, llegara a casa porque había planeado llevarla a ver una película ese día. Pero Linda llegó tarde y cansada del trabajo, y se perdieron la película.</i> <i>Cuando Linda le dijo a su hija que se habían perdido la película, Joanna lloró y gritó: "¡Te odio mamá!" y le echó un vaso de agua encima. La madre agarró la mano de Joanna, le gritó "¡Para!" y le pegó en la mano.</i> Escenario 2: <i>Mayara, de tres años, va en el autobús a la guardería con su madre y su hermano pequeño León. No se queda quieta y empieza a caminar por el pasillo. Su madre la agarra y ella golpea a la madre y a su</i>

		<i>hermano pequeño. Su madre le devuelve los golpes y la obliga a sentarse.</i>
7-b	<u>Repasar</u> lo que han aprendido	Cree una diapositiva en PowerPoint para repasar lo aprendido durante la sesión.

La rueda de los sentimientos



Nombre: _____ Fecha: _____

01| Escriba a continuación un episodio que tuvo con sus hijos esta semana que lo haya enojado:

02| Siga los pasos del modelo REPIENSE para analizar la situación:

RECONOZCA cuando está enojado: ¿Cómo sabía que estaba enojado?

EMPATICE con los sentimientos de la otra persona.

PIENSE en la situación de diferente manera.

INTEGRE el uso de la primera persona como una manera de decirle a los otros cómo se siente.

ESCUCHE lo que la otra persona está diciendo.

NOTE cómo reacciona su cuerpo cuando está enojado.

SEPA concentrarse en el presente y no en los problemas del pasado.

ACT Implementación Remota

Sesión 4 / Semana 5

Materials:

Markers, Paper, Box of Dreams, Parents' Handbook, IDEAL Handout, Homework.

Activity	Original	Adaptation
3-c	Pídales que obtengan el folleto Por qué los niños se enojan y revíselo con los participantes. <u>Explique cada grupo de edad.</u>	Cree un PowerPoint para mostrar los sentimientos de ira por grupos de edad.
4-c	Pregunte a los participantes: ¿Cuál fue el problema que causó el conflicto en cada situación? ¿Por qué sucedió? <u>Escriba las respuestas en el rotafolio.</u>	Elija uno de los escenarios. Pregunte: ¿Cuál fue el problema que provocó el conflicto? ¿Por qué sucedió? Discuta las respuestas en grupo.
4-e	Organice cuatro grupos y <u>asigne a cada uno una tarea diferente</u>	No pida a los participantes que hagan un juego de roles. Organice subgrupos, uno que realice "declaraciones en primera persona" para cada uno de los escenarios; coloque el otro en otra sala de reuniones para usar el modelo IDEAL con los escenarios. Si no tiene una función de sala para grupos pequeños, practique cada una de ellas con todo el grupo.
5-a	Herramientas aprendidas	Pida a los participantes que escriban lo que han aprendido y que se lo muestren al grupo usando su cámara.
5-b	Agregue todo lo que hayan aprendido.	Pida a los padres que compartan en voz alta o escriban en el chat lo que han aprendido. Escriba cualquier respuesta verbal en el chat.

Nombre: _____ Fecha: _____

01 | Utilice el modelo IDEAL para analizar el escenario escogido:

1. **Identifique** y describa la situación y el problema.

2. **Determine** las posibles soluciones.

3. **Evalúe** las alternativas.

4. **Actúe** de acuerdo con la mejor alternativa escogida.

5. **Logre** aprender de la experiencia.

Hoja de tarea

Nombre: _____ Fecha: _____

- 01| Use la nave especial y las pegatinas para llevar un récord del buen comportamiento de sus hijos.**

Cada vez que su hijo resuelva un conflicto usando palabras sin usar la violencia, dibuje una carita feliz en la pegatina y la pega en la nave. Demuestre cuán orgulloso está con sus hijos con palabras de aliento y abrazos.

- 02| Escriba aquí cuáles fueron los conflictos que su hijo pudo resolver de una manera positiva, con palabras y no con violencia.**

ACT Implementación Remota

Sesión 5 / Semana 6

Materials:

Markers, Paper, Box of Dreams, Parents' Handbook, Homework.

Activity	Original	Adaptation
2	Propósito de la sesión	Reconozca que todos hemos experimentado un aumento en el uso de nuestras pantallas debido a esta crisis sanitaria. Analice las diferencias entre el uso recreativo de la pantalla y el uso educativo de la pantalla. Debido a la pandemia de COVID-19, ha habido un aumento notable en el aprendizaje en línea para los niños y el uso de la pantalla para los padres que queda fuera del uso recreativo.
3b	<u>Organiza tres grupos:</u> 1. "¿Por qué los niños pequeños pasan tanto tiempo con medios electrónicos actualmente?" 2. "Si los niños pequeños pasan tanto tiempo con medios electrónicos, ¿Qué está pasando con el tiempo de juego -juguetes o amigos, al aire libre?" 3. "¿Puedes pensar en lo que les sucede a los niños, su cuerpo y mente cuando están frente a un televisor o jugando en la computadora?"	Dependiendo del tamaño del grupo y la capacidad de la plataforma de aprendizaje virtual, puede crear tres grupos pequeños o hacer que todo el grupo responda estas tres preguntas. Propicie que los participantes discutan formas de mantener a los niños alejados de los teléfonos celulares. Muestre a los padres cómo navegar en Common Sense Media: Age-Based Media Reviews for Families
3-c viñeta 3	y si hay televisión en el cuarto...	En lugar de usar una caricatura, abra y pause el siguiente clip, TTV, Movie, Video Game Violence & Kids en su dispositivo. Comparta su pantalla y vea al menos los primeros 40 segundos como grupo. Responda las preguntas del punto 4 en grupo.

ACT Implementación Remota

Sesión 5 / Semana 6: Continuación

Activity	Original	Adaptation
5-b viñeta 1	Proporcione actividades divertidas para que los niños jueguen usando su imaginación, creatividad y energía.	Invite a los padres a compartir todas las estrategias e ideas que hayan visto y probado en sus propias familias. Anime a los padres a escribir las ideas que se comparten para que las prueben con sus hijos.
5-c	Organice a los participantes en tres o cuatro grupos de tres o cuatro miembros cada uno:	Si la plataforma virtual que está utilizando tiene capacidad de dividir los grupos, organice a los participantes en grupos más pequeños. Si es un grupo pequeño o no tiene la capacidad, responda estas cuatro preguntas en orden con todo el grupo. Asegúrese de que los participantes tengan los folletos con anticipación para que la conversación sea más fluida.
6-b viñeta 1	<u>Escriba las respuestas en el tablero.</u>	Escriba sus respuestas en el tablero virtual o escriba sus respuestas en el chat.
6-c	Distribuya la hoja de tarea.	Envíe por correo electrónico la hoja de tarea y revise lo que los padres pueden hacer esta semana. La tarea también se puede hacer en grupo.
-	Links complementarios	Learning with Technology Learning with Technology Parent Concern Common Sense Media Media use in childhood: Evidence based recommendations for caregivers Media use in childhood: Evidence-based recommendations for caregivers (apa.org) Media and Young Minds Media and Young Minds Pediatrics American Academy of Pediatrics (aap.org) Screen Time and Children Screen Time and Children (aacap.org)

Nombre: _____ Fecha: _____

01| Utilice las hojas informativas que recibió para contestar las siguientes preguntas:

¿Pudo usted controlar lo que sus hijos vieron por la televisión, lo que jugaron con sus video juegos, o lo que hicieron en la computadora? Circule uno: **SI** **NO**

¿Que hizo para controlarlo?

¿Qué le enseñó a sus hijos acerca de los medios electrónicos esta semana?

¿Qué ejemplo le ha dado a sus hijos acerca de ver la televisión?

De lo que usted ha aprendido sobre los medios electrónicos, ¿qué ideas ha compartido esta semana con otros adultos en su casa, o con algún amigo, vecino o compañero de trabajo?

ACT Implementación Remota

Sesión 6 / Semana 7

Materiales:

marcadores, papel, caja de los sueños, manual de padres, hoja de tarea

Actividad	Original	Adaptación
3-b	Organice a los participantes en grupos de 4. Dígalos: Pretendamos que usted sea un niño pequeño que va a darle trabajo y contratar a un padre. El niño quiere el mejor candidato	Prepara una diapositiva para compartir con estas preguntas: ¿Qué preguntas les haría a los candidatos? ¿Qué cualidades y requisitos deben tener los padres? ¿Para qué los niños necesitan a los padres? Comparta la diapositiva con los participantes. Organice a los participantes en tres grupos y dé a cada grupo una pregunta para discutir. Coloque al grupo en una sala de reuniones con un líder asignado. Vuelva a traer a todos los grupos para compartir. "¿Qué cualidades y requisitos son importantes para seleccionar al padre?" "¿Para qué necesitan los niños a los padres?" Los participantes utilizarán marcadores / crayones y papel en casa para dibujar "los mejores padres para los niños" teniendo en cuenta las necesidades esenciales, los valores, etc. Los participantes compartirán sus obras de arte una a la vez durante la actividad.

4-g	<u>Dibuje dos líneas paralelas en la pizarra</u> ... Pídale que compartan los sentimientos y pensamientos que tuvieron cuando eran pequeños. Luego, pida a los participantes que se <u>muevan y se detengan</u> en el punto que indique el estilo de crianza que creen que es el estilo ideal, donde quieren ser los mejores padres para sus hijos ahora.	En el tablero, dibuje una línea para mostrar un continuo de estilos de crianza. A lo largo de la línea, escriba los números del 1 al 10. Escriba “Permisivo/Indulgente” al final del “1” y “Autoritario/Muy estricto” al final del “10”. Pida a los participantes que consideren el estilo de crianza de sus propios padres y que escriban el número a lo largo del continuo en una hoja de papel y sosténganlo frente a la cámara. Pídale que compartan los sentimientos y pensamientos que tuvieron cuando eran pequeños. Esto también se puede hacer en salas pequeñas para grupos pequeños. Luego, pida a los participantes que escriban un número que indique el estilo que creen que es el estilo ideal, donde quieren estar para ser los mejores padres para sus hijos ahora.
-----	---	--

ACT Implementación Remota

Sesión 6 / Semana 7: Continuación

	Actividad original	Adaptación
4-h	<u>Organice</u> a los participantes en pequeños grupos de tres o cuatro: entregue a cada grupo una hoja de rotafolio, revistas, periódicos, crayones, tijeras y pegamento.	Tenga a todos los participantes listos con marcadores y papel. Pídale que cojan sus tarjetas con metas para sus hijos de la Caja de los sueños. Organice a los participantes en grupos pequeños y colóquelos en salas de grupos de tres o cuatro. Comparta la diapositiva de PowerPoint sobre estilos de crianza Dé a los participantes las siguientes instrucciones: Utilice las tarjetas de metas para la discusión y prepare carteles sobre el mejor estilo de crianza para ellos. Si todos los participantes no tienen los materiales necesarios para un cartel, pídale que escriban palabras o dibujen cosas que representen las cualidades que quieren tener como padres. Con sus metas para sus hijos en mente, analice las preguntas enumeradas.

5-b-c	<u>Distribuya tres tiras de papel a cada participante.</u> Pídales que escriban una palabra relacionada con la disciplina en cada hoja de papel. Pida a cada uno que lea en voz alta lo que escribieron en sus papeles. Escríbalos todos en un <u>rotafolio</u>. Resalte las palabras más populares. Pida a los participantes que tomen sus tiras de papel y <u>marquen</u> qué es disciplina (D) o castigo (C).	Los participantes escribirán tres palabras asociadas con la palabra "disciplina". El facilitador le pedirá a cada participante que comparta lo que escribieron. El facilitador usará la función de tablero o chat y escribirá cada palabra, notando si las palabras se usaron más de una vez y resaltando las palabras más populares. Comparta el PowerPoint para explicar la diferencia entre disciplina y castigo. El facilitador regresará a la pizarra y leerá cada palabra. Los participantes discutirán si las palabras reflejan disciplina o castigo. El facilitador marcará una "D" o "C" detrás de cada palabra.
5-d	<u>Organice a los participantes en grupos</u> de tres o cuatro miembros y proporcióneles el siguiente escenario:	Prepare una diapositiva con el escenario escrito. “Son las 10 p.m. y Emily, de 6 años, todavía está viendo televisión. Su padre le ha pedido repetidamente con una voz cada vez más fuerte y enojada que se vaya a la cama, pero sin éxito. Finalmente, apaga la televisión, agarra a Emily del brazo y la arrastra a su dormitorio. Ella se pone furiosa y cierra la puerta ”. Organice a los participantes en grupos y coloque los grupos en salas de reuniones para completar sus tareas. Reúna a todos los grupos y pídales que compartan por orden de grupo

ACT Implementación Remota

Sesión 6 / Semana 7: Continuación

Actividad Original	Adaptación
6-c	<u>Organice a los participantes en grupos</u> de tres o cuatro y entrégueles el siguiente escenario escrito en una hoja de papel: Prepare una diapositiva con el escenario escrito. Comparta la diapositiva y pida a un participante que la lea en voz alta. Organice a los participantes en grupos de trabajo. <u>Grupo uno:</u> Haga que cada persona cree o dibuje un contorno de un muñeco de papel que represente a un niño. Deben usar un marcador para escribir en el muñeco: SOY AMABLE Y NECESITO ATENCIÓN. <u>Grupo dos:</u> Escriba cinco frases negativas que una madre enojada podría decir para castigar al niño. <u>Grupo tres:</u> Escriba tres cosas que la madre debería hacer para calmarse y cambiar el comportamiento del niño. Pida a cada grupo que comparta su trabajo. Cuando el <u>Grupo dos</u> esté presentando las frases negativas, pídale a un miembro del Grupo Uno que rompa un trozo de la muñeca después de que cada declaración se diga en voz alta. Al final el muñeco quedará hecho pedazos. Después de que el <u>Grupo tres</u> presente su trabajo, tenga una discusión sobre qué comportamiento de crianza responde mejor a la situación.
-	Ideas complementarias Comparta clips de los diferentes estilos de crianza y haga que los participantes los identifiquen. Comparta videos sobre cómo se ve el castigo frente a la disciplina. Parenting Styles and Child Outcomes - YouTube What is Positive Discipline? - YouTube(Para en el min 3:48)

Nombre: _____ Fecha: _____

01| Lea las definiciones de DISCIPLINA y CASTIGO:

La disciplina enseña a los niños comportamientos positivos.

El castigo se enfoca en comportamientos negativos.

02| Piense en dos ocasiones en las cuales usted tuvo que responder a la mala conducta de sus hijos y conteste las siguientes preguntas:

¿Qué hizo el niño?	¿Disciplinó usted a su hijo?	¿Castigó a su hijo?
1.		
2.		

03| Piense en lo que usted quisiera cambiar en su estilo de crianza y escríbalo en el espacio abajo. Por ejemplo: escriba si usted quisiera ser más cariñoso y atento, o menos estricto y distante, o menos estricto y más cariñoso.

ACT Implementación Remota

Sesión 7 / Semana 8

Materiales:

Marcadores, papel, caja de sueños, manual para padres, folleto sobre cómo prevenir conductas desafiantes, folleto sobre recompensas apropiadas por edad, folleto sobre disciplina positiva por edad, hoja de trabajo sobre opciones de disciplina positiva para sus hijos y hoja de tarea.

Activity	Original	Adaptation
3-c	<u>Organice a los participantes en dos grupos y asigne a cada uno las siguientes tareas:</u> Escenario: <i>Jamal salió del trabajo tarde y muy cansado. Pero se detuvo en el supermercado de camino a casa para recoger lo que su esposa, Tanya, le había pedido que comprara: pañales para el bebé. Desafortunadamente, compró el tamaño y la marca incorrectos, algo que ya había hecho antes. Tanya estaba furiosa y le gritó: "¡Eres un inútil y ni siquiera sabes lo que necesita tu hijo!" Al escuchar la reacción de su madre, su hija de 3 años, Isabel, se enojó y le gritó a su hermano menor.</i>	Grupo uno: Haga que los padres usen crayolas o marcadores que tienen en casa para hacer dos listas en una hoja de papel: "lista de buenos comportamientos de niños pequeños" y "lista de frases positivas para promover el buen comportamiento". Espere de 3 a 5 minutos para completar. Haga que los padres compartan sus listas poniéndolas frente a la cámara y pídale que hablen. O Haga que cada padre escriba una buena conducta y la comparta (dé 1 o 2 minutos); discutan; repitan. (Esto podría ser útil si los padres tienen dificultades para desarrollar buenos comportamientos) Grupo dos: antes de la sesión, envíe por correo electrónico o cargue el escenario de Jamal en un archivo compartido. Alternativamente, copie / pegue el escenario en el cuadro de chat o use la opción para compartir pantalla y copie / pegue el escenario en un documento. Pida a los padres que hablen sobre el escenario de Jamal y Tanya identificando el problema en la situación y qué harían para modelar un comportamiento positivo para Isabel.
3-c	<u>Lanza la pelota y cuenta lo que aprendiste</u>	Modificaciones para el lanzamiento de pelota: Haga que los padres imaginen que usted (el facilitador) está sosteniendo una pelota de playa. Pretendes arrojarlo a la pantalla y llamas el nombre del padre al que estás lanzando y le pides que finja atraparlo. Cuando atrape la pelota, imagine que su hijo está parado frente a usted. Diga el nombre de su hijo y una frase positiva que expresará la próxima vez que su hijo se comporte bien. Una vez que se ha hecho la frase, el padre le pide a ese padre que finja tirar una pelota a otro padre, llamándolo por su nombre. Continúe hasta que todos tengan un cambio para hablar.

3-d	Distribuya y utilice los folletos Cómo prevenir comportamientos desafiantes [y opciones de recompensas para niños de diferentes edades]. Escriba sugerencias en el rotafolio .	Haga que los padres busquen los folletos de su correo electrónico o unidad compartida. Escriba sugerencias en el tablero virtual o papel.
-----	--	---

ACT Implementación Remota

Sesión 7/ Semana 8: Continuación

Activity	Original	Adaptation
4-a	Use PowerPoint para presentar las diferentes opciones que los padres pueden elegir para enseñar buenos comportamientos. Distribuya el folleto Disciplina positiva por edad y revíselo con los participantes... Entregue a los participantes el folleto de ACT Rueda de opciones de disciplina positiva y dígales que se lo lleven a casa.	Utilice PowerPoint para presentar las diferentes opciones y distribuya el folleto por correo electrónico o carpeta compartida (Dropbox, carpeta de Google). Revise y amplíe según el manual. Proporcione la Rueda de Opciones de Disciplina Positiva por correo electrónico o carpeta compartida para su referencia futura. O Haga que los participantes usen la rueda para elegir varias estrategias de disciplina. Pida a los participantes que compartan cómo implementar o que describan las estrategias a medida que las seleccionen.
4-e	Organice a los padres en grupos de 3 o 4 ... Distribuya la hoja de trabajo Opciones de disciplina positiva para sus hijos.	Organice a los participantes en salas de reuniones con un líder asignado. Haga que cada grupo trabaje en la hoja de trabajo Opciones de disciplina positiva para sus hijos que se compartió por correo electrónico o Dropbox. Haga que cada grupo comparta.
5-b	Actividad de avión (no transferible directamente)	Pida a los padres que escriban tres cosas que hayan aprendido hoy en una hoja de papel y luego conviertan ese papel en un avión. Lanza el avión al aire y recupéralo. Pida a los padres que lean lo que escribieron y que guarden ese avión en un lugar seguro para futuras consultas.

Recompensas apropiadas para la edad del niño

Cada vez que note un comportamiento positivo, inmediatamente elogie al niño, y si es posible, prémíelo. Haga esto a menudo y consistentemente. A continuación encontrará algunas buenas ideas para recompensar el buen comportamiento:

Recompensas para niños preescolares

Ir al parque	Jugar a vestirse con ropa, zapatos y joyería de los padres	Comer un triciclo o patineta
Jugar con amigos	Jugar con plastilina o barro	Ir al zoológico
Hacer tortas de barro	Salir solos con mamá y papá	Montarse a caballito
Escuchar un cuento al acostarse	Ayudar a planificar las actividades del día	Bailar con música
Jugar en los columpios	Ayudar a mamá y papá	Saltar
Quedarse a dormir con amigos o abuelos	Hacer figuras con la nieve	Ir en los hombros de los padres
El baile de la victoria	Soplar burbujas	Vestir a los peluches
Jugar juegos	Hacer círculos en el aire en brazos de mamá o papá	Nadar
Hacer ruido con cacerolas o campanas	Jugar en la caja de arena	Ayudar a mamá o papá a cocinar algo rico
Jugar al esconder	Ir a la biblioteca	Comer un postre especial
Hacer un teatro de marionetas	Hacer un picnic	Pintar con las manos/dedos
Tomar fotos	Brincar en la cama	Jugar en la bañera
Hablar a una grabadora de voz	Jugar afuera de la casa	
Ir a comer hamburguesas o pizza		

Recompensas para niños de edad escolar

Ir al parque	Ir a la biblioteca	Escucharse en una grabadora de voz
Jugar con amigos	Comprar algo	Escoger el menú de una comida
Escuchar un cuento antes de dormir	Plantar un jardín	Llamar a un amigo
Jugar en los columpios	Ir a un picnic	Hacer un rompecabeza
Quedarse a dormir con amigos o abuelos	Ir a patinar, nadar o a la bolera	Decorar el cuarto
Ir a un juego de pelota	Hacer algo a mano	Comer una merienda especial
Comer afuera	Ordenar una pizza	Escoger un desayuno especial
Salir solos con papá y mamá	Ir de excursión al bosque	Tomar una bebida favorita
Homear bizcochos	Ir a pescar, o a acampar	Jugar con la bola con los padres
Planificar las actividades del día	Dormir en un lugar diferente en la casa	Jugar un juego con papá y mamá como damas, cartas o canicas
Comer bicicleta	Decorar la casa para los días de fiesta	Jugar con bombas de agua con papá y mamá
Ir a pescar con los padres	Ayudar a hacer gelatina o pop corn	Grabar mensaje en el teléfono o contestadora
Escoger un programa de televisión	Alimentar al bebé	Pintar las uñas
Tener tiempo libre de las tareas de la casa	Acostarse tarde	Hacerse un peinado nuevo
Usar el teléfono	Ir al cine, especialmente con un amigo	Ir al cine con un amigo (y un adulto presente)
Vestirse con la ropa de papá y mamá	Hacer un viaje solo	Invitar a un amigo a cenar
Hacer la mesa	Escuchar un CD favorito	
Acampar en el patio	Colorear	
	Ir en el lado de la ventana del auto	

Usado con el permiso de Chores-Help-Kids.com. Copyright © 2006-2011 Chores-Help-Kids, Austin, TX.

Rueda de opciones de disciplina positiva



Nombre: _____ Fecha: _____

01| Escriba en la tabla de abajo la siguiente información:

Malos comportamientos de su niño que quiere usted eliminar	¿Cuál es el comportamiento positivo opuesto?	Método de disciplina que va a usar

Nombre: _____ Fecha: _____

01| Sea el detective de la buena conducta esta semana. Describa cinco momentos en la semana en los cuales su hijo se portó bien.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

02| Dé ejemplos de las cosas positivas (o elogios) que le dijo a su hijo cuando se portó bien.

03| ¿Cómo recompensó a su hijo por su buen comportamiento? Utilice la hoja informativa: *Recompensas apropiadas para la edad del niño* y escriba cual de ellas usó esta semana.

ACT Implementación Remota

Sesión 8 / Semana 9

Materiales: Marcadores, papel, caja de sueños, manual para padres, limpiapipas, hoja de trabajo plan de cambio, Cuestionario qué espera del Programa ACT, formularios de Google para cuestionarios de post-evaluación y satisfacción del participante y certificados.

Activity	Original	Adaptation
1-a	<u>Revise</u> la tarea de los participantes	Considere la posibilidad de armar un PowerPoint que resuma las lecciones de cada semana para repasar.
4-b	<u>Pida</u> a los participantes que formen grupos pequeños y tengan una conversación.	Organice a los participantes en grupos pequeños y colóquelos en salas de reuniones.
4-d	Pida a los participantes que usen <u>limpiapipas</u>	Pida a los participantes que usen marcadores o crayones y papel (u otros materiales) para mostrar sus sentimientos y que aprendieron
5-a	Distribuya la hoja Plan de Cambio	Envíe la Hoja Plan de Cambio por e-mail o comparta la carpeta antes de la sesión.
5-c	Pídales que utilicen los materiales para <u>crear carteles</u> que muestren cómo están sus familias y sus hogares ahora que han completado el programa.	Pida a los participantes que usen marcadores / crayones y papel (u otros materiales) para mostrar cómo están sus familias y sus hogares ahora.
6-e	<u>Divida</u> a los participantes en 2 grupos: protectores y defensores	Organice a los participantes en grupos pequeños y colóquelos en salas de reuniones.
6-f	Proverbio etíope	Lea el proverbio en voz alta y discútalo sin hacer señas.

8-a	<u>Traiga a los niños</u> y celebre una ceremonia para celebrar el final del programa.	Esto se puede hacer de forma remota. Permita que los niños vean la pantalla. Ponga música y felicite a los participantes. Diga el nombre de cada participante y muestre el certificado, anime a aplaudir, etc. Envíe por correo electrónico o coloque los certificados en carpetas virtuales y envíe copias impresas por correo. Proporcione a las familias obsequios como toallitas húmedas para bebés, cupcakes, un mug y stickers para los niños.
8-a	Caja de sueños	Haga que los padres recuperen el contenido de Box of Dreams de la carpeta virtual (e.g., Dropbox or Google folder)