

# Consejos para Padres:

## Manual para líderes espirituales de las iglesias

El confinamiento debido al virus COVID-19 reveló, en todo el mundo, los desafíos de la crianza y demostró que muchos padres están dispuestos a aprender estrategias simples que pueden marcar una gran diferencia en su vida diaria familiar, donde quiera que vivan. Como líder espiritual, estás en una posición ideal para promover la crianza saludable que pueda tener un impacto significativo en la vida familiar y comunitaria.

### **Agradecimientos:**

La organización Crianza para una Vida Saludable (en inglés “Parenting for Lifelong Health”) desea agradecer a Arigatou, a la Alianza Evangélica Mundial y a Mundo Sin Huérfanos (WWO por sus siglas en inglés) por desarrollar este recurso en forma conjunta con y para los líderes espirituales de las iglesias.

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

La Biblia como nuestro marco y guía de crianza .....	2
Los pilares fundamentales a tener en cuenta .....	4
Cómo usar esta guía .....	5
ENFOQUE 1: Mantén una actitud positiva.....	6
ENFOQUE 2: Establece una rutina en el día.....	8
ENFOQUE 3: Tiempo a solas con cada hijo .....	10
ENFOQUE 4: Fomenta el buen comportamiento .....	12
ENFOQUE 5: Mantén la calma y controla el estrés .....	14
Monitoreo y evaluación: Comprender, implementar y comunicar el impacto	Error! Bookmark not defined.

Monitoreo del alcance de la aplicación de estos consejos (envía tus resultados a [research@covid19parenting.com](mailto:research@covid19parenting.com) después de completar las sesiones de ENFOQUE).

Por favor cuéntanos, ¿CÓMO has compartido los recursos para padres como respuesta ante el COVID-19? (Por ejemplo, reunión de la iglesia; sitio web; correos electrónicos; redes sociales como Facebook / Twitter; mensajes de texto; medios impresos; anuncios de servicio público o de radio; video; seminarios web u otro).

# LA BIBLIA COMO NUESTRO MARCO Y GUÍA DE CRIANZA

Los hijos son un regalo de Dios (Salmo 127:3). Deben ser criados amorosamente (Lucas 11:11) y educados "en la disciplina y enseñanzas del Señor" (Efesios 6:4). La Biblia tiene mucho que decirnos y enseñarnos sobre el rol de los padres en la crianza. Proverbios dice, *"Instruye al niño en su camino, y aún cuando fuere viejo no se apartará de él"* (22:6 NIV). La Biblia confirma el importante rol que tienen los padres y comunica sabiduría que se puede utilizar en el cumplimiento de este rol.

¡La Biblia es muy real con respecto a la vida en familia! No pretende mostrarla como algo fácil. ¡De hecho, el Antiguo Testamento parece hacer todo lo posible para llamar la atención sobre las familias, a menudo disfuncionales, de sus protagonistas principales! Caín y Abel, los primeros hijos de los primeros padres, tuvieron una pésima relación, en la que los celos y el odio provocaron la pérdida de una vida a manos de un hermano. Los hijos gemelos de Isaac y Rebeca, Jacobo y Esaú, lucharon el uno contra el otro desde su nacimiento. Jacobo fue el preferido de su madre, Esaú el de su padre: así se dio lugar a una familia dividida. Jacobo tuvo 12 hijos y favoreció a uno por sobre los otros, causando toda clase de problemas y dificultades, aunque esa familia se juntó al final. Por tanto, la Biblia ofrece mucho apoyo a los padres que están luchando; los padres necesitan saber que no están solos y que incluso los heroicos antepasados de nuestra fe tuvieron que luchar.

El confinamiento debido al virus COVID-19 reveló, en todo el mundo, los desafíos de la crianza y demostró que muchos padres están dispuestos a aprender estrategias simples que los ayude a hacer una gran diferencia en la vida diaria familiar, donde sea que vivan.

La crianza, cuando es saludable, estructurada y con amor, tiene beneficios en los niños y adolescentes, para toda la vida. Estos beneficios incluyen un mejor comportamiento y bienestar, mejores relaciones entre los miembros de la familia, prevención de la violencia y reducción del abuso de sustancias. Los efectos en los padres incluyen una mejor salud mental, bienestar, aumento de capacidad y habilidades para lidiar

con comportamientos desafiantes, estrés reducido y, por supuesto, un hogar más tranquilo.

Como líder de tu iglesia, estás en una posición privilegiada para promover la crianza saludable que puede tener un impacto significativo en la vida familiar y comunitaria.

Valoramos tu rol y trabajo fomentando la crianza que refleje a Dios; para apoyarlo, hemos preparado esta guía como herramienta adicional que puede servir de ayuda y catalizador.

Con aportes de líderes cristianos, esta guía conecta cuidadosamente los conceptos bíblicos a una serie de consejos para la crianza saludable basados en evidencia, creados por la organización Parenting for Lifelong Health (Crianza para una Vida Saludable). Estos consejos se encuentran disponibles de manera gratuita en [www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com), traducidos a más de 100 idiomas diferentes.

En esta guía para líderes espirituales, encontrarás sugerencias para incorporar estos consejos sobre la crianza en el ministerio que realizas con las familias y comunidades, que pueda incluir sermones, programas de radio, atención pastoral o el uso de las redes sociales.

Como los padres son los primeros profesores de sus hijos, cumplen un rol importante a la hora de apoyar y acompañar a ellos, proporcionando así un cuidado de la salud integral (física, emocional, social y espiritual) del niño. Dar la oportunidad a los niños de conocer a Dios, mientras se implementan estos consejos positivos para padres, puede enriquecer su vida espiritual.

# LOS PILARES FUNDAMENTALES A TENER EN CUENTA

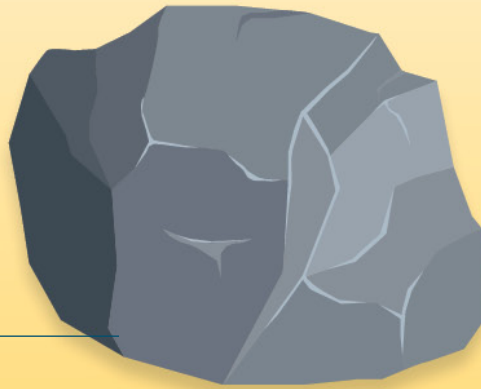
**Sé simple:** Estos consejos sobre la crianza de los hijos son sencillos ya que son fáciles de entender, recordar y de poner en práctica. ¿Simple? sí, pero ha demostrado que marca una gran diferencia.

---



**Sé práctico:** Menciona ejemplos de cómo es la crianza de los hijos en la práctica, incluyendo el relato de historias y cuentos. Los relatos ayudan a conectar a los padres con ideas concretas, ya que les ayudan a verse a sí mismos a través de la vida de los personajes de la historia. También comparte ideas de tus propias experiencias, ya que esto animará a que otros puedan abrirse a contar sobre los desafíos que ellos enfrentan.

---



**Sé positivo:** Ofrece ideas a los padres sobre lo que pueden hacer, por ejemplo, formas de ayudar a sus hijos a calmarse sin gritar o enfadarse. Un enfoque positivo siempre es útil. Los niños y niñas prosperan con orientación, estructura y elogios cuando hacen algo bien.

---



## **Mantente en contacto:**

Trata de incluir comentarios positivos sobre la crianza de los hijos en todas tus interacciones con los padres y cuidadores, usando no solamente los sermones de los domingos, sino también otras oportunidades en las que te relaciones con ellos. Haz visitas a las familias y comparte tu tiempo con ellas. Durante la semana, pregunta a los padres cómo les va. Preguntar algo tan simple y ser escuchado puede marcar una gran diferencia cuando la vida parece agobiante.

---

# CÓMO USAR ESTA GUÍA

Esta guía ofrece consejos fundamentales que han ayudado a padres de todo el mundo a manejar el estrés y a ayudar a sus hijos a crecer sanos, felices y amables. En las secciones a continuación, se explican estos consejos y se indican versículos bíblicos relacionados y otras ideas sobre cómo puedes compartir esta información con los padres. Hay pasajes de reflexión bíblica que puedes ampliar o incorporar en tus sermones. Los consejos, las ideas principales y los temas de conversación pueden utilizarse en los sermones, como también en las consultas de atención pastoral, y así ayudar a los padres a analizar su forma de crianza y a tener en consideración qué cosas pueden hacer de otra forma. Además, esos consejos pueden compartirse como mensajes de texto en redes sociales, incluirse en los programas de radio, utilizarse durante las conversaciones informales o en todo tipo de formas de comunicación, aprovechando las oportunidades que surjan. Siéntete libre de usarlos según te sientas motivado. Y gracias por el trabajo que estás haciendo para mejorar la crianza de los hijos en tu comunidad.

En las páginas siguientes, descubrirás rápidamente cuán estrechamente alineados están estos consejos para la crianza de los hijos con los principios y valores que se encuentran en la Biblia.

1

## **Mantén una comunicación positiva**

¡El elogio tiene una gran repercusión! Santiago 3:1-12 habla sobre el poder e influencia que tienen nuestras palabras. Nuestras palabras son poderosas y tienen un impacto significativo en nuestras vidas y en la vida de los demás.

2

## **La estructura es importante**

La estructura es primordial - y puede tener un impacto positivo en la crianza de nuestros hijos. Eclesiastés 3:1-8 es famoso por hablar de que "hay un tiempo para cada cosa"; lo cual significa que crear una estructura para todo lo que tiene que suceder día a día puede ser liberador, no limitante.

3

## **Dedicales tiempo a solas**

Tener un tiempo a solas con cada hijo es el mejor regalo que los padres pueden dar - pero puede que sea lo más difícil de encontrar en el ajetreo de la vida diaria. En al menos una ocasión, los discípulos de Jesús trataron de mantener a los niños alejados de él, porque pensaban que estaba demasiado ocupado para ser molestado y distraído por los jóvenes. Pero Jesús dejó claro que quería pasar tiempo con los niños y declaró cuán importantes son.

4

## **Fomenta un buen comportamiento**

Todos los niños/as y adolescentes pueden comportarse mal, por lo tanto, la disciplina que tiene un impacto positivo, es una parte importante de la crianza de los hijos y el impacto puede ser duradero. En Proverbios 22:6 dice, "Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él."

5

## **Mantén la calma y controla tu propio estrés**

La crianza de los hijos puede resultar agotadora y agobiante, por lo que es importante que los padres se tomen un tiempo para sí mismos. Filipenses 4:6-7 nos brinda un gran consejo cuando se trata de mantener la calma y manejar el estrés - pasar tiempo con Dios todos los días puede ser la clave para ello.

# MANTÉN UNA ACTITUD POSITIVA

Cuando los niños/as y adolescentes están encerrados en sus casas, ellos pueden frustrarse fácilmente y olvidar las reglas.

¡Pero existen cosas positivas que puedes hacer! ¡Observa cuando tus hijos o hijas se comportan bien y ELÓGIALOS por ello! Esto ayudará a los niños/as y adolescentes a querer superarse y aprender a ser agradecidos. Pregúntate: ¿dije algo bueno hoy? Y felicítate a ti mismo también. Todo el país está orgulloso de ti por seguir la crianza durante una pandemia.



## Esquema del guión de radio

### Versículo del día:

*"La ansiedad en el corazón del hombre lo deprime, pero la buena palabra lo alegra."*

Proverbios 12:25 (Nueva versión internacional)

### Reflexión bíblica:

Cuando los niños y adolescentes están encerrados en sus casas, ellos pueden frustrarse fácilmente y olvidar las reglas.

¡Pero existen cosas positivas que puedes hacer!

La biblia nos recuerda lo poderosas que son las palabras. Las palabras pueden destruir a las personas o hacerlas crecer. Teniendo así, un efecto largo y duradero. Por lo tanto, cada reconocimiento positivo de los logros de tus hijos será un estímulo moral para ellos, animándolos a mirar la vida de forma positiva y a aprender a ser agradecidos.

Observa cuando tus hijos o hijas, ya sean niños o adolescentes, se comporten bien y ELÓGIALOS por ello. Esto los ayudará a querer comportarse mejor.



## Sugerencia de sermón

### Pasajes bíblicos

Santiago 3:1-12 – El poder de la palabra

### Idea principal:

Nuestras palabras son poderosas y tienen un impacto importante en nuestras vidas y las de los demás. Los versículos 4-5 dicen "... fíjense también en los barcos. A pesar de ser tan grandes y de ser impulsados por fuertes vientos, se gobiernan por un pequeño timón a voluntad del piloto. Así también la lengua es un miembro muy pequeño del cuerpo, pero hace alarde de grandes hazañas." Las ideas en este pasaje, y las muchas imágenes memorables que ofrece, nos recuerdan lo poderosas que son las palabras de un padre o una madre. ¡Recuerda tener un uso del lenguaje positivo! No te centres en el impacto negativo que tienen nuestras palabras cuando estamos enojados; céntrate en el impacto positivo de nuestras palabras de amor y apoyo.



## Cómo iniciar la conversación

- Durante la semana pasada, ¿cuál fue uno de los mejores momentos que tuviste con tus hijos?
- Es fácil concentrarnos en los momentos en que nuestros hijos se comportan mal, en lugar de hacerlo en los momentos en que se comportan bien. Esta semana, preste atención cuando tus niños y/o adolescentes se comporten bien y ELÓGIÁLOS por eso. Esto los ayudará a querer y seguir mejorando su comportamiento.
- Como líder de la iglesia, inste a los padres a no ser duros consigo mismos cuando se equivocan y se encuentren hablándoles con dureza a sus hijos. En su lugar, anímelos a hacer una pausa y tomarlo como una oportunidad de aprendizaje: ¿Cómo podrían decirlo de manera diferente la próxima vez para tener un impacto más positivo?
- ¡Anime a los padres a ser amables consigo mismos! Sugíéales que se pregunten cada día, "¿Qué hice de bueno este día?". Y elogiarse a sí mismos por ello.



## Mensaje de texto sugerido

Consejo del día para padres: ¿Qué tan seguido tú te descubres diciendo a tus hijos, "¡Deja de hacer eso!"?

Hoy, enfócate en elogiar a tu hijo/a cuando ellos se comporten bien. Esto ayudará a tu hijo/a a querer hacerlo mejor.

(Y haz lo mismo contigo – no te enfoques en tus errores – ¡enfócate en lo que haces bien!)



## Redes sociales

### ¡Mantén una actitud positiva!

Es difícil ser positivo cuando tus hijos te están volviendo loco. A menudo acabamos diciendo, "¡Deja de hacer eso!". Pero ellos pondrán más atención a tus instrucciones positivas y a los elogios que les hagas cuando hacen algo bien.

Lee: Santiago 3:1-12

#COVID19Consejos para padres:

[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)

# ESTABLECE UNA RUTINA EN EL DÍA

Es difícil tanto para los niños, los adolescentes como para ti, que la escuela está cerrada, especialmente si no pueden salir. Tener estructura o rutina en el día puede ayudar a todos a mantener una actitud positiva. Planifica el día incluyendo tiempo para las tareas domésticas, el trabajo escolar, el juego y el tiempo libre. Los niños pueden ayudar en la planificación del día. Si puedes, trata de hacer ejercicio todos los días. Esto puede ser tan simple como jugar a "el baile congelado" en tu casa. ¡Suelta un poco de esa energía!



## Esquema del guión de radio

### Versículo del día:

*"Hay una temporada para todo, un tiempo para cada actividad bajo el cielo" (Eclesiastés 3:1).*

### Reflexión Bíblica:

Es difícil para los niños, los adolescentes y para ti cuando la escuela está cerrada y no pueden salir. Tener estructura en el día puede ayudar a todos a mantener una actitud positiva.

En Eclesiastés se habla de que hay un tiempo para todo. ¡Al parecer todos sobrellevamos mejor las cosas cuando dividimos el tiempo en porciones manejables, del tamaño de un bocado!

Planifica el día incluyendo tiempo para las tareas domésticas, el trabajo escolar, el juego y el tiempo libre. Los niños pueden ayudar en la planificación del día.

Si tú puedes, trata de hacer ejercicio todos los días. Esto puede ser tan simple como jugar a "el baile congelado" en tu casa. ¡Suelta un poco de esa energía!



## Sugerencia de sermón

### Pasajes de la Biblia

Eclesiastés 3:1-8

### Idea clave

¡Al parecer todos sobrellevamos mejor las cosas cuando dividimos el tiempo en porciones manejables, del tamaño de un bocado!



## Iniciador de conversación

- ¿Cómo se ve actualmente el día a día para ti y tu familia?
- ¿Has encontrado actividades – y un orden para esas actividades – que funcionen particularmente bien?
- Explica cómo el crear una estructura sencilla para el día puede ayudar a los niños, los adolescentes – ¡y los padres!. Los niños y las familias están acostumbrados a la estructura establecida de la escuela, así que el crear una nueva estructura puede ayudarlos a todos a mantenerse positivos.



## Mensaje de texto sugerido

Consejo del día para padres: Un día estructurado ayuda a los niños a sentirse seguros y les resulta más fácil a ellos y ellas – y a ti – manejar la situación. Haz un horario para trabajos escolares, juegos, tiempo libre, ejercicio y lavado de manos. Tener estructura en el día puede ayudar a todos a mantener una actitud positiva.



## Redes sociales



### ¡Crea una rutina!

Un día estructurado ayuda a los niños a sentirse seguros y facilita su manejo.

Trata de hacer un horario para trabajos escolares, juegos, tiempo libre, ejercicio y lavado de manos. Encárgate de sus días.

Lee: Eclesiastés 3:1-8

#COVID19Consejos para padres:

[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)

# TIEMPO A SOLAS CON CADA HIJO

El mejor regalo que pueden dar los padres. El confinamiento es difícil para todas las familias, pero hay cosas fáciles y gratuitas que puedes hacer. Cada día trata de pasar tiempo de forma individual con tus niños y adolescentes. Pueden pasarlo en algo que ellos elijan, como contar una historia o hablar acerca de alguien famoso que tu hijo/a adolescente admire. O pueden pasarlo lavando los platos o haciendo la limpieza juntos mientras cantan una canción. Tener este tiempo especial contigo hará que cada uno de tus hijos e hijas se sienta importante y amado/a. Tan solo 20 minutos al día les ayudará a superar estos tiempos difíciles. Recuerda estos tres divertidos pasos: ¡Escuchar, Mirar y Reír!



## Esquema del guión de radio

### Versículo del día:

*"La gente le llevaba niños pequeños a Jesús para que les tocara con sus manos, pero los discípulos reprendían a quienes los llevaban". Cuando Jesús se dio cuenta, se indignó. Él les dijo, "Dejen que los niños vengan a mí, y no se lo impidan, porque de los que son como éstos es el reino de Dios"* (Marcos 10:13-14).

### Reflexión Bíblica:

El confinamiento es difícil para todas las familias. Para algunas, puede ser muy ajetreado, y para otras, el aburrimiento es el mayor reto. De cualquier manera, cada día trata de pasar tiempo de forma individual con cada uno de tus niños y adolescentes. Esto hará que cada uno de tus hijos/as se sienta importante y amado/a.

Al menos en una ocasión, los discípulos de Jesús trataron de mantener alejados a los niños de él – quizá porque pensaron que él estaba demasiado ocupado para estar con los niños. Pero Jesús dijo, "Dejen que los niños vengan a mí". Jesús demostraba que valoraba a los niños pasando tiempo con ellos – haciéndolos sentir importantes y amados. Al pasar tiempo con sus hijos, los padres los harán sentir importante y amados.

¿Qué podrías hacer en tu tiempo dedicado a ellos de forma individual?, podrías hacer

algo que ellos elijan – como leer una historia juntos, o hablar de alguien famoso que le guste a tu hijo/a adolescente, o pueden lavar los platos y hacer la limpieza juntos mientras cantan una canción.

Tan solo 20 minutos al día les ayudará a superar estos tiempos difíciles.

Recuerda los tres pasos: ¡Escuchar, Mirar y Reír!

El cierre de las escuelas brinda la oportunidad de establecer mejores relaciones con nuestros hijos. El tiempo de forma individual con ellos es gratis y divertido: dibujar, bailar y sin teléfono ni televisión. Esto ayudará a que tus hijos se sientan seguros y amados.



## Sugerencia de sermón

### Pasajes de la Biblia

Lucas 10:38-42 – Jesús en casa de Marta y María.  
Marcos 10:13-14 – Jesús dejando que los niños se acerquen a él.

### Idea clave

Pasar tiempo de calidad con las personas es importante – demuestra que los valoramos. Utiliza el confinamiento para pasar tiempo de calidad con Dios, y si tú eres padre/madre o cuidador, con tus niños y/o adolescentes.



## Iniciador de conversación

- Durante el encierro, ¿qué es lo que resulta difícil para ti y para tus hijos?
- ¿Cuáles son las cosas que están disfrutando?
- Dentro de todo el ajetreo – o el aburrimiento – pasar tiempo de forma individual con tus hijos los hará sentir importantes y amados. Tan solo 20 minutos al día les ayudará a superar estos tiempos difíciles.
- ¿Qué podrías hacer hoy día para pasar tiempo de forma individual con tus hijos?
- ¿Qué le gusta hacer a tu hijo/a? ¿Qué cosas sabe hacer tu hijo/a muy bien?
- ¿En qué podría ayudar tu hijo/a para completar un trabajo juntos?



## Mensaje de texto sugerido

Consejo del día para padres: ¿Qué podrías hacer hoy para pasar tiempo de forma individual con tus hijos? Tan solo 20 minutos al día les ayudará a superar estos tiempos difíciles – hará que cada uno de tus hijos se sienta importante y amado.



## Redes sociales



### ¡Pase tiempo de forma individual con sus hijos!

El cierre de las escuelas es una oportunidad para construir mejores relaciones con nuestros hijos. El tiempo de forma individual con ellos es gratis y divertido: dibujar, bailar y sin teléfono ni televisión. Esto ayudará a que tus hijos se sientan seguros y amados.

Lee: Marcos 10:13-14

#COVID19Consejos para padres:  
[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)

# FOMENTE EL BUEN COMPORTAMIENTO

No hay niños malos, solo comportamientos difíciles: todos los niños y adolescentes se portan mal algunas veces. Tener menos oportunidades para realizar actividades hace que sea mucho más difícil comportarse bien. Tú puedes ayudar a disminuir el comportamiento difícil. Elogia las cosas que tus hijos hacen bien. Esto es importante para todos: desde los bebés hasta los adolescentes. Si se están portando mal, puede deberse a que necesitan mayor atención o que ellos se sienten inquietos o frustrados. Los niños algunas veces expresan sus frustraciones a través de berrinches. Anímalos a hablar de lo que sienten. Escúchalos con empatía y trata de entender por lo que pueden estar atravesando. También explícales cómo sus acciones les afectan a ellos y a otros. Hablar con ellos/as puede ayudarles a sentirse mejor y comportarse mejor. Después, bríndales la oportunidad de hacer algo bueno – y elógielos por ello. Prevenga, proteja y elogie. Detecta a tiempo el comportamiento difícil y reorienta a tus niños y adolescentes con algo interesante o divertido. Por ejemplo, si tu hijo o hija está dibujando en la pared, puedes decir, "Ven a dibujar en este papel aquí." Si a ti preocupa que tu adolescente esté pasando demasiado tiempo frente a la pantalla, puedes decir: "¿Qué tal si jugamos un juego juntos en lugar de estar ambos hablando por teléfono?"



## Esquema del guión de radio

### Versículo del día:

*"Instruye al niño en el camino que ellos deben de seguir; y aun cuando fuere viejo no se apartará de él"* (Proverbios 22:6).

### Reflexión Bíblica:

Todos los niños y adolescentes se portan mal algunas veces. Estar encerrado hace que sea mucho más difícil el comportarse bien. Tu puedes ayudar a disminuir el comportamiento difícil y desafiante.

"Instrúyelos en el camino que ellos deben de seguir". PREVENGA el comportamiento desafiante guiando a tus hijos hacia un buen comportamiento.

Una manera simple e inmediata en que tú puedes hacer esto es redirigirlos del comportamiento difícil hacia una buena alternativa.

Al distraerlos con una actividad positiva, los niños/as y adolescentes se sienten positivos, involucrados y felices.

Otro enfoque es ELOGIAR lo que el niño/a, adolescente hace bien. Esto es importante para todos – desde los bebés hasta los adolescentes. Haciendo esto los PROTEGERÁS de futuros malos comportamientos.

Sin embargo, recuerde que ¡todos los niños y adolescentes se portan mal algunas veces! Así que no sea tan duro consigo mismo por no eliminar esos comportamientos desafiantes – eso no es posible.

Si el comportamiento de tu hijo/a es desafiante, anímelo a hablar de lo que siente. Escúchalos con empatía y trate de entender por lo que pueden estar atravesando. Con delicadeza explícales cómo sus acciones les afectan a ellos y/o a otros.

Este enfoque podría ayudarlos a sentirse mejor y comportarse mejor. Y después, bríndales la oportunidad de hacer algo bueno – y ELÓGIELOS por ello. Prevenga, proteja y elogie.



## Sugerencia de sermón

### Pasajes de la Biblia

Proverbios 22:6

### Idea clave

Todos los niños y adolescentes se portan mal algunas veces. Guía a los niños y adolescentes hacia un buen comportamiento, alejándolos de un mal comportamiento.



## Iniciador de conversación

- ¿Te ha parecido que durante el encierro tus hijos se están comportando de forma diferente? ¿De qué maneras?
- ¿Qué haz notado que funciona para ayudarlos a manejar bien su comportamiento?
- Asegúrales que todos los niños y adolescentes algunas veces se portan mal.
- Describe dos estrategias:
  - Prevenga el comportamiento desafiante guiándolos hacia un buen comportamiento. Una manera en que puedes hacer esto es ELOGIANDO lo que ellos hacen bien. Esto es importante para todos – desde los bebés hasta los adolescentes.
  - Anime a los niños/as y adolescentes a expresar sus sentimientos. Escúchalos empáticamente y trata de entender lo que están atravesando. Hablar con ellos puede ayudar a que se sientan y se comporten mejor. Y luego bríndales la oportunidad de hacer algo bueno y ELÓGIELOS por ello.



## Mensaje de texto sugerido

Consejo del día para padres: todos los niños y adolescentes se portan mal algunas veces. No te pasa solo a ti y tus hijos, así que no seas duro contigo mismo. Cuando te enfrentes a un comportamiento desafiante de tu hijo/a, respira profundamente, escucha a tu hijo/a, trata de empatizar mostrando consideración y entendimiento e involúcrense juntos en una actividad positiva. Puedes prevenir comportamientos desafiantes centrándote en lo que los niños hacen bien y elogiándolos por ello. Esto es importante para todos – desde los bebés hasta los adolescentes.



## Redes sociales



### ¡Los chicos en casa te vuelven loco!

¿Te sientes a punto de gritar? Es normal que niños y adolescentes se porten mal de vez en cuando. Detectar a tiempo los comportamientos desafiantes puede ayudar. Trata de redirigirlos hacia un comportamiento positivo. ¡Prevenir, proteger, y elogiar!

Lee: Proverbios 22:6

#COVID19Consejos para padres:

[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)



# MANTÉN LA CALMA Y CONTROLA EL ESTRÉS

¡Todos aquellos que cuidan a niños y adolescentes en casa merecen un premio! Sabemos que es estresante, así que tómate algún tiempo para ti mismo. Si te sientes solo, habla con alguien. Tómate un descanso cuando los hijos duermen. Intenta esta sencilla pausa. Siéntate, cierra los ojos. Escucha tu respiración a medida que inhalas y exhalas. Observa cómo te sientes. Cuando estés listo, abre los ojos de nuevo. ¡Tus hijos te necesitan, así que cuida de ti mismo!



## Esquema del guión de radio

### Versículo del día:

*“No se inquieten por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presenten sus peticiones a Dios y denle gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús.”*  
Filipenses 4:6-7 (NVI).

### Reflexión de la Biblia:

¡Todo el que cuide de niños y adolescentes en casa merece un premio! Sabemos que es estresante, así que tómate algún tiempo para ti mismo. No olvides pasar tiempo con Dios. Si te sientes solo, habla con alguien. Tómate un descanso cuando los chicos/as duermen.

Cuando te detienes para orar, podrías intentar este sencillo ejercicio. Siéntate, cierra los ojos. Escucha tu respiración a medida que inhalas y exhalas. Observa cómo te sientes. Cuando estés listo, abre los ojos de nuevo.

¡Tus hijos te necesitan, así que cuida de ti mismo!



## Sugerencia de sermón

### Pasajes de la Biblia

Filipenses 4:6-8

También puedes hacer referencia a Marcos 1:35-37 y Mateo 28:20

### Idea clave

Pasar tiempo a solas, y con Dios, es a menudo lo primero que se pierde cuando la vida se vuelve atareada y estresante. ¡Pero eso solo puede empeorar las cosas! Dios quiere que le llevemos nuestras preocupaciones (Filipenses 4:6-8), no tenemos que fingir que lo tenemos "todo solucionado" cuando oramos. Jesús se tomó un tiempo para estar solo con Dios (Marcos 1:35-37): ¡si es importante para Jesús, también lo es para nosotros! (A pesar de que, durante el encierro, ¡puede que no podamos subir una montaña para lograrlo!) Y durante este tiempo, deberíamos recordar la promesa más frecuente de Dios en la Biblia: “Estoy contigo” (Mateo 28:20).



## Iniciador de conversación

- ¿Qué actividades hacen para revitalizarse? ¿Pueden seguir haciendo esas cosas durante estos tiempos del COVID-19? Si no es así, ¿hay algo más que puedan hacer como reemplazo para relajarte?
- ¿Qué te impide tener tiempo para ti mismo y para Dios? ¿Cómo puedes superar estos obstáculos?
- ¿Tienes algún "lugar especial" donde te guste estar a solas y conectar con Dios? ¿Qué cambios podrías hacer para permitirte pasar más tiempo allí esta semana?



## Mensaje de texto sugerido

Consejo del día para padres: ¿Qué estás haciendo hoy para cuidar de ti mismo? Puede ser fácil olvidar pasar tiempo a solas y con Dios. ¡Pero asegúrate de hacerlo!

Pasar unos minutos alejados de nuestros hijos (en un tiempo apropiado) no es ser malos padres, ¡sino todo lo contrario! Nos hará más eficaces.

Puedes pasar tiempo a solas, leer un pasaje de la Biblia y pasar tiempo en contemplación orando y pidiéndole a Dios que te hable a través de su Palabra.



## Redes sociales



### Mantén la calma y controla el estrés

¿Casa muy llena de gente? ¿Estresada, estresado? El #COVID19 es un tiempo estresante. Comparte tus sentimientos. Tómate un descanso. Cuida de ti mismo y así podrás cuidar a tus hijos. ¡Tú puedes hacerlo!

Lee: Filipenses 4:6-7

#COVID19Consejos para padres:

[www.covid19parenting.com](http://www.covid19parenting.com)

# 6

## Monitoreo y Evaluación: comprender, implementar y comunicar el impacto.

Como líder de la iglesia, tienes muchas oportunidades para impactar en tu comunidad, especialmente cuando guías a las familias para que adopten una crianza saludable.

Para que entiendas, celebres y comuniques los resultados obtenidos con tus intervenciones, queremos compartir contigo las herramientas para el monitoreo y la evaluación que puedes utilizar en tus interacciones con los padres, madres y/o cuidadores.

### ¿Qué es el monitoreo y la evaluación?

**El monitoreo examina el CÓMO.** Es el proceso de recopilación de la información para rastrear y comprender el progreso y los logros.

**La Evaluación mira más al IMPACTO.** Ayuda a aprender lo que funciona y porque, para que puedas tener un impacto aún más significativo en tus comunidades.

### ¿POR QUÉ son tan importantes el monitoreo y la evaluación?

Como líder en la iglesia, tienes un impacto significativo en las comunidades al compartir mensajes positivos sobre la crianza saludable en estos tiempos difíciles. El monitoreo y la evaluación pueden ayudarte a aprender cómo tu ministerio está marcando una diferencia en la vida familiar, comunitaria y entender qué funciona mejor para diferentes padres. ¡Esto puede ayudarnos a mejorar el apoyo a las familias en todo el mundo!

### ¿CÓMO voy a monitorear y evaluar mi trabajo?

Hay 2 herramientas para que puedas monitorear y comprender el impacto (consulta también las tablas en la sección 'Herramientas para monitoreo y evaluación del impacto'):

#### 1) Toma nota y comparte como te relacionas con las familias:

- Documenta CÓMO te relacionas con las familias cuando estás compartiendo las hojas de consejos. Por ejemplo: puede ser a través de mensajes en sermones, redes sociales o radio.  
Lleva un registro sobre CUÁNTOS padres, cuidadores, niños/as y adolescentes estás contactando con los consejos de crianza. Por ejemplo, escribe el número de padres con quienes has compartido los consejos a través de visitas comunitarias, mensajes de texto y en redes sociales.

- La Tabla 1 es un resumen de la información arriba mencionada.
- Favor llena la información cuando completes tus sesiones de ENFOQUE y envíalo a [Research@covid19parenting.com](mailto:Research@covid19parenting.com)

#### 2) Pida a los padres completar este breve cuestionario:

- Si decides utilizar las cinco sesiones de ENFOQUE en tu ministerio, por ejemplo, a través de sermones, mensajes de texto o como conversación, quizás desees entregar el cuestionario de la Tabla 2 a los padres y cuidadores después de completar tu última sesión de ENFOQUE.
- Pueden enviar los resultados de estos cuestionarios al correo electrónico [Research@covid19parenting.com](mailto:Research@covid19parenting.com). Favor **envíenos un correo electrónico antes de realizar** esta encuesta para que podamos ayudarte a prepararte.
- Si decides usar las 5 sesiones de ENFOQUE en tu ministerio, por ejemplo, en sermones, mensajes de texto, o como conversación, es posible que desees entregar el cuestionario en la tabla 2 a padres y cuidadores DESPUES de completar la última sesión ENFOQUE.
- Estas preguntas son importantes porque pueden ayudarnos a saber si las hojas de consejos que están compartiendo apoyan a los padres, en la crianza de sus hijos y hacia el ambiente familiar saludable. Esta información nos ayudará a entender cómo podemos mejorar el apoyo a las familias en el futuro.
- Favor ten en cuenta que esta encuesta es totalmente voluntaria. Los padres y madres pueden decidir de forma libre si quieren o no responder, sin ninguna justificación.

**Necesito ayuda. ¿A quién puedo contactar?** Por favor, envía un correo electrónico a [Research@covid19parenting.com](mailto:Research@covid19parenting.com). ¡Estamos a las órdenes para apoyarte!

# ¡Herramientas para monitorear y evaluar el impacto!

Tabla 1: Monitoreo de tu alcance (envíe a [Research@Covid19parenting.com](mailto:Research@Covid19parenting.com) después de completar las sesiones de ENFOQUE).

Por favor díganos, <b>¿CÓMO</b> has compartido los recursos para padres durante el COVID-19? (Por ejemplo, reunión de la iglesia; sitio web; correos electrónicos; redes sociales como Facebook / Twitter; mensajes de texto; medios impresos; anuncios de servicio público o de radio; video; seminarios web u otro).	<i>Describe su respuesta aquí</i>
¿A <b>CUÁNTOS</b> padres, madres y cuidadores en total estimas que has llegado con los recursos para padres durante el COVID-19? Especifica por plataforma si es posible (por ejemplo, Facebook; SMS; radio).	<i>Describe su respuesta aquí</i>

*Tabla 2: Cuestionario para padres y madres (complétalo después de realizar todas la sesiones de los ENFOQUES)*

¡Dinos qué piensas! Nos encantaría saber más sobre tu experiencia como padre/madre o cuidador de niños durante COVID-19. Los investigadores usarán tu participación y cualquier información que proporciones de forma anónima para que aprendamos cómo apoyar mejor a familias como la suya. ¿Aceptas participar?	si/no
Sexo	Femenino / Masculino
¿Cuántos años tienes?	
¿Cuántos hijos/as tienes?	1,2,3,4,5,6,7,8 o más
Selecciona TODOS los grupos de edad en los que se encuentran tus hijos/as:	Menores de 2 años; 2-9 años; 10-17 años; Prefiero no decirlo
Díganos cómo recibiste los mensajes para padres durante COVID-19. Selecciona todas las que correspondan.	Media social SMS o mensaje de texto en línea Televisión Radio alta voz publico seminario web de padres/cuidadores folleto de papel boca a boca otro
<i>Puede ser muy difícil y estresante cuidar a los niños/as durante estos tiempos. Piensa en las últimas semanas o meses después de recibir los consejos para padres.</i>	
<b><i>En una escala del 1 al 5 (1 = totalmente en desacuerdo; 2 = en desacuerdo; 3 = neutral; 4 = de acuerdo; 5 = totalmente de acuerdo), díganos cuánto está de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes afirmaciones:</i></b>	
Paso más tiempo jugando con mis hijos/as o haciendo otras actividades divertidas juntos.	1, 2, 3, 4, 5
Soy más capaz de manejar mi estrés como padre/madre/cuidador.	1, 2, 3, 4, 5
Estoy usando menos disciplina física como pegar, azotar o abofetear.	1, 2, 3, 4, 5
Grito a mis hijos/as con menos frecuencia.	1, 2, 3, 4, 5
Me siento más seguro de usar lo que aprendí para tener una relación positiva con mis hijos/as.	1, 2, 3, 4, 5
Me siento más seguro de proteger a mis hijos/as del abuso en línea o abuso sexual en persona.	1, 2, 3, 4, 5
<b>Gracias por responder estas preguntas. ¡Tu participación está marcando una diferencia para las familias de todo el mundo!</b>	