**Sesión 2: Desarrollo y uso de planes de cambio de comportamiento**

***Dominio: Apoyo al Comportamiento Positivo***

|  |  |
| --- | --- |
| **Meta familiar relevante:** |  |

* **Metas de la sesión** *(marque todos los que correspondan)*
  + Comprender el propósito de los incentivos y cómo seleccionar incentivos efectivos
  + Aprender a desarrollar y usar planes de cambio de comportamiento
  + Practicar desarrollando y comunicando un plan de cambio de comportamiento
  + Explorar los desafíos anticipados utilizando un plan de cambio de comportamiento
* **Folletos para usar** *(marque todos los que correspondan;* [*haga clic AQUÍ*](https://thefamilycheckup.com/content/everyday-parenting-handouts#session2) *para encontrar folletos)*
  + 2A Ideas para incentivos, pág. 39
  + 2B Ejemplo de plan de comportamiento para niños mayores, pág. 40
  + 2C Ejemplo de plan de comportamiento para niños menores, pág. 41
  + 2D Plan de comportamiento para niños mayores, pág. 42
  + 2E Plan de comportamiento para niños menores, pág. 43
  + 2F Guía para la práctica del plan de comportamientos, pág. 44
  + 2G Escenarios del plan de comportamiento: ¿Qué tal si...?, pág. 45
  + 2H Cuidador en el espejo pensamientos sobre el cambio, pág. 46
* **Videos para compartir** *(marque todos los que correspondan;* [*haga clic AQUÍ*](https://thefamilycheckup.com/content/parenting-videos#positive-behavior) *para encontrar videos)*
* Reviewing Behavior Change Plans (niños menores/niños mayores)

**Videos de osos** (*disponibles en inglés o español*)

* Utilice recompensas (niños mayores)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* **Proceso de enseñanza para cada habilidad elegida para la sesión**

*Agregue apuntes a continuación de su revisión del libro EDP. Se incluyen folletos y números de página para ayudarle, pero usted elegirá qué actividades, guiones, folletos, etc. específicos utilizará según las necesidades y las metas de los padres.*

* + **Revise la práctica en casa de la última reunión**
  + **Establezca la agenda para la sesión:** Confirme con los padres las metas de la sesión marcados arriba
  + **Enseñe**: Considere utilizando los vídeos relevantes marcados arriba. Explicar la definición de los planes de cambio de comportamiento y platicar sobre la justificación y los beneficios (págs. 29-30); Facilitar la reflexión de los padres.
    - **Plan de cambio de comportamiento:** Explicar cómo desarrollar un plan de cambio de comportamiento; cómo seleccionar incentivos usando el Folleto 2A; y cómo usar el plan de cambio de comportamiento (págs. 30-33)
  + **Modele**: Considere utilizando los videos relevantes marcados arriba. Muestre un ejemplo de plan de comportamiento (Folleto 2B o 2C) y cómo se divide la meta en pasos pequeños y medibles; practicar la Manera Incorrecta/Manera Correcta de comunicar el plan de comportamiento a su hijo (págs. 34-35).
  + **Práctica**: adaptar a la familia
    - **Desarrolle un plan de cambio de comportamiento utilizando el guía** (Folleto 2D o 2E): Determine el comportamiento que los padres quieren cambiar e identifique su opuesto positivo. Luego, determine cuándo se usará y supervisará el plan durante la semana, enumere los incentivos y confirme cómo obtenerlos.
    - **Juego de roles**: Haz un juego de roles comunicando el plan de cambio de comportamiento al niño; revise el Folleto 2F y complete la lista de verificación para ver si los padres completaron todo; haz un juego de roles nuevamente si los padres necesitan más práctica
  + **Informe**: Facilite la autoevaluación de los padres y dé su retroalimentación sobre las fortalezas y los desafíos de la práctica; planifique las posibles barreras para el uso de nuevas estrategias (considere usar el Folleto 2G y revisar consejos para el éxito en casa, págs. 37-38)
* **Práctica en casa**
  + Opciones de tarea: Comunicar el plan de comportamiento al niño (Folleto 2F); completar la actividad "Cuidador en el espejo" (Folleto 2H) para registrar los pensamientos al usar planes de cambio de comportamiento
  + Adaptar la práctica en casa al niño, al padre y a la familia, incluido el contexto cultural y general
  + Opcional: preparación para el uso de la hoja de trabajo de seguimiento de emojis: [Tracking Parent Skills Practice Emojis – Spanish](https://thefamilycheckup.com/sites/default/files/Tracking%20Parent%20Skill%20Practice%20Emojis-%20Spanish.docx)
  + Otro:
* **Programa la próxima sesión**
  + Platique sobre qué meta y estrategia de crianza los padres quieren abordar en la próxima sesión
  + Planifique para permitir que la sesión esté enfocada y no distraída, como hacer arreglos para que los niños estén ocupados. Consulte [*Establishing a Focused Environment for Sessions*](https://thefamilycheckup.com/sites/default/files/Establishing%20a%20Focused%20Environment%20for%20Sessions.docx).