**Sesión 3: Coaching Emocional**

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

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

* **Metas de la sesión** *(marque todos los que correspondan)*
  + Comprender la razón para el entrenamiento emocional
  + Comprender los pasos del entrenamiento emocional
  + Entender lo que se debe y no se debe hacer en el entrenamiento emocional
  + Practicar el entrenamiento emocional
  + Explorar las barreras para usar el entrenamiento emocional
* **Folletos para usar** *(marque todos los que correspondan;* [*haga clic AQUÍ*](https://thefamilycheckup.com/content/everyday-parenting-handouts#session3) *para encontrar folletos)*
  + 3A Pasos de entrenamiento emocional, pág. 54
  + 3B Escenarios de entrenamiento emocional, pág. 55
  + 3C Rastreador para el entrenamiento emocional, pág. 56
  + 3D Rastreador de autoentrenamieto emocional, pág. 57
* **Videos para compartir** *(marque todos los que correspondan;* [*haga clic AQUÍ*](https://thefamilycheckup.com/content/parenting-videos#family-relationships-young) *para encontrar videos)*

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

* Jugar (niños menores)

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

* **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.*

* + **Revisa la práctica en casa de la última reunión**
  + **Establezca la agenda para la sesión:** Confirme con los padres los objetivos de la sesión marcados arriba
  + **Enseñe**: Considere utilizando los videos relevantes marcados arriba. Explique la justificación y los beneficios y explique los pasos del entrenamiento emocional (Folleto 3A y págs. 48-49) y explique lo que no se debe hacer en el entrenamiento emocional: consulte los consejos a continuación; Facilitar la reflexión de los padres.
  + **Modele**: Considere utilizando los videos relevantes marcados arriba. Considere usar el escenario en el manual para Manera Incorrecta/ Manera Correcta para usar estrategias de entrenamiento emocional (pág. 50-51); Involucre a los padres en la discusión y la reflexión sobre el uso del entrenamiento emocional con sus hijos.
  + **Práctica**: Pida a los padres que elijan un escenario para practicar el entrenamiento emocional (Folleto 3B); haga un juego de roles de lo que se debe hacer en el coaching emocional con alguien, como un amigo o un co-padre (Folleto 3A); adapte a la familia
  + **Informe:** facilite la autoevaluación de los padres y dé su retroalimentación sobre las fortalezas y los desafíos de la práctica; planifique posibles barreras para el uso de nuevas estrategias (considere consejos para el éxito en casa, págs. 52-53)
* **Práctica en Casa:**
  + Opciónes de tarea: Practique los pasos de entrenamiento emocional en casa (Folleto 3C) y preste atención y haga un seguimiento de las emociones que surjan durante esta práctica en casa (Folleto 3D)
  + Adapte 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 emojis: [Tracking Parent Skills Practice Emojis – Spanish](https://thefamilycheckup.com/sites/default/files/Tracking%20Parent%20Skill%20Practice%20Emojis-%20Spanish.docx)
  + Otros:
* **Programa la próxima sesión**
  + Platique sobre qué meta y estrategia de crianza desea abordar el padre en la próxima sesión.
  + Planifique que la sesión esté enfocada y no genere distracciones, por ejemplo, haciendo 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).

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

**Lo que no se debe hacer en el coaching emocional (págs. 49-50)**

* No juzgues ni critiques
* No minimices
* No los fuerces a compartir
* No los fuerces a resolver problemas