

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES BRAVE

PARA LOS PRINCIPIANTES DE EDAD TEMPRANA

Sé valiente - Sé seguro es un programa positivo de prevención que fomenta el valor de sí mismo, la confianza, resiliencia, y conciencia de seguridad personal y, a la vez proporciona oportunidades para practicar las habilidades que podrían ayudar en evitar y, o escapar el peligro. La meta del programa Sé valiente - Sé seguro de *El niño alegre* es de fomentarle a cada estudiante sus habilidades naturales para disminuir el riesgo de abuso al proporcionar conocimiento y actividades físicas adecuadas a la edad para mejorar su capacidad y confianza en afirmar sus

5 consejos clave para los principiantes (de 2 a 5 años de edad)

1. Nadie tiene el derecho de lastimarme porque soy único en el mundo. Todos deben ser seguros y alegres.
2. Hay muchas personas que se preocupan por mí y mis adultos seguros me hacen sentir seguro y alegre.
3. Soy el único que sabe cómo me siento. Si estoy lastimado, si tengo miedo, o si estoy preocupado, seré valiente y les diré a mis adultos seguros para que me ayuden.
4. Mi cuerpo es solamente mío y si no quiero que me tienten, está bien. ¡Lo puedo declarar!

límites para proteger su alegría.

Pregúntele a su hijo que le muestre lo que ya sabe acerca de la seguridad en casa (tome una guía). Por ejemplo, podrá saber de no tocar los enchufes, la estufa/el horno, cuchillos, etc. Pregúntele acerca de la seguridad en la tina/el agua (un adulto debe estar vigilando) y use la oportunidad de relacionar su higiene (lavando con jabón) con su seguridad y a la vez, su salud. Regrese de nuevo a esta conversación a menudo cuando estos momentos de aprendizaje se presenten en casa, en el carro, y afuera en público. Elogie cuánto sepa su hijo y disfrute de su entusiasmo en aprender y practicar las habilidades BRAVE.

El semáforo

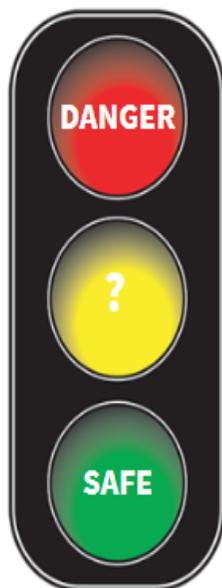
La imagen de un semáforo es una metáfora que se usa para facilitar la evaluación de riesgo y para aclarar situaciones de emergencia, dudosas, y seguras para ayudar a los niños en aprender rápidamente cómo reaccionar adecuadamente para ser seguros. Presente el semáforo y cómo las situaciones puedan ser **SEGURAS**,



Definición clave

EMERGENCIA:

Cuando algo pasa y alguien necesita ayuda inmediatamente



¡La luz roja indica una emergencia!

Ve a un lugar seguro y consigue ayuda inmediatamente.

Si no hay un adulto presente, llama al 911.

La luz amarilla indica que algo no parece bien, y necesito decirle a mínimo a 2 adultos seguros en quienes confío.

La luz verde indica que nadie está en peligro.

ACTIVIDADES DEL DESARROLLO DE HABILIDADES BRAVE PARA LOS PRINCIPIANTES

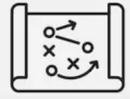


Adultos seguro

Explique a su hijo que la mayoría de la gente es amable, pero que no podemos notar como la gente piensa. Sabemos cómo la gente se comporta (lo que hace) y lo que dice, pero no sabemos lo que siente. Por eso es importante de prestar atención a cómo la gente nos hace sentir. Dígale a su hijo que si alguien en cualquier momento lo hace sentir incómodo, raro, nervioso, o asustado, que usted quiere que su hijo le diga a usted (sea quien sea) porque usted no quisiera dejar a su hijo a solas por accidente con alguien que no hace que su hijo se sienta seguro.

Pregúntele a su hijo que cuáles adultos los hace sentir 100% seguro y cómodo. Si usted tuviera que salir y dejar a su hijo con alguien, pregúntele a su hijo que con quién quisiera quedarse. Pónganse de acuerdo con los 3 adultos seguros preferidos. Explíquelo a su hijo que *estos 3 son los únicos adultos con el derecho de llevarlo a cualquier lado* (de paseo, en bicicleta, o en un vehículo) sin tener que pedirle a usted permiso. Estos adultos seguros serán indicados en la tarjeta de emergencia de la escuela. Visite de nuevo la lista de adultos seguros al principio de cada año escolar para hablar acerca de los adultos especiales en la vida de su hijo. **Dibujen un dibujo** de los adultos seguros en quienes ambos confían juntos.

Hablen con los adultos seguros elegidos para explicarles de lo que usted está enseñando, el por qué, y cómo quieras que ellos ayuden a su hijo en afirmar sus límites y aprender cómo comunicar lo que necesita para sentirse seguro y con



Planes BRAVE

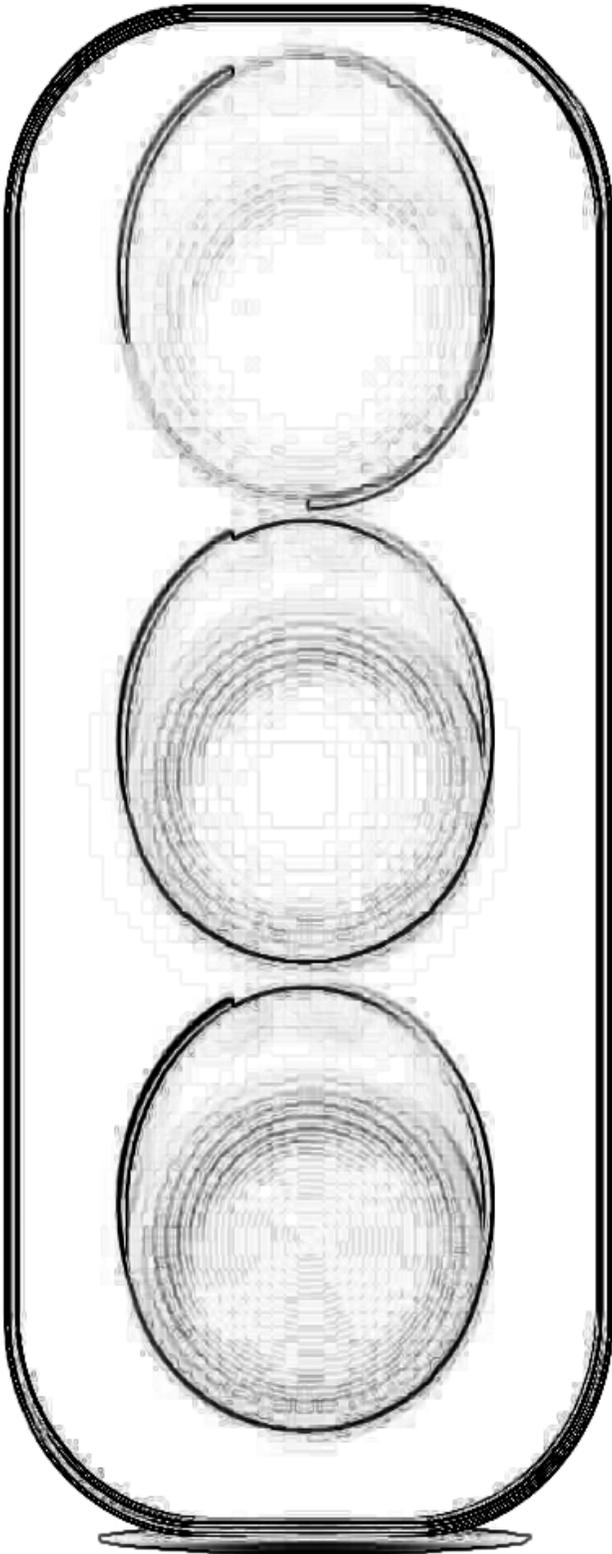
Ayude a su hijo en desarrollar su propio plan de lo que hará para mantenerse seguro en una variedad de situaciones. Estos planes de acción se llaman Planes Brave. Presente la idea de planear con anticipación la seguridad y haga referencia a las actividades que ya han practicado. Las actividades del desarrollo de habilidades BRAVE proporcionan la base en enseñarle a su hijo en cómo pensar críticamente acerca de su seguridad, y con la práctica, usted puede ayudarle en desarrollar Planes BRAVE realistas y eficaces para estar seguro en prácticamente cualquier situación. Si su hijo se siente preocupado o asustado, necesita saber que tiene adultos seguros en quienes confía para hablar.

A menudo, los principiantes de edad temprana tienen dificultad en expresarse cuando están molestos, así que animeles a **escoger una señal segura** (así como lengua de señas) que sea tanto única (no algo que hacen a menudo) y fácil para los dos en recordar y reconocer.

Practiquen la regla de 3 segundos constantemente en lugares públicos. Dígale a su hijo que es su deber mantenerlo seguro y no puede hacerlo usted si no lo puede ver, oír, o tocar. Cuando su hijo joven le suelta la mano o corre adelante, pregúntele si le puede tocar a usted dentro de 3 segundos... al correr hacia a usted, cuente hasta los 3. Está bien en divertirse al practicar la seguridad. Elogie y anime a su hijo de estar consciente de donde esté usted.

Ayúdele a su hijo a escribir o dibujar su Plan BRAVE para estar seguro en una situación donde pueda sentirse incómodo o asustado. Si pueda recordar una situación que recuerde su hijo cuando se sintió incómodo, le ayudaría pensar acerca de lo que quisiera hacer para ser valiente y seguro la próxima vez. Animele a su

Semáforo de seguridad para colorear



Luz roja— ¡Es una emergencia! Huye y llama al 911.

Luz amarilla— Algo no está bien. Dile a dos adultos.

Luz verde— Me siento seguro.



BE BRAVE - BE SAFE

Mi plan BRAVE para estar seguro si me siento incómodo: