



Una Guía Familiar para Enseñar Buen Carácter

Grados K-5

Confiabilidad · Respeto · Responsabilidad · Justicia · Bondad · Ciudadanía

Crianza para un Buen Carácter

El buen carácter no surge por sí solo. Es el resultado de familias que enseñan intencionalmente a sus hijos sobre el carácter.

¿Qué es el carácter?

- **El carácter moral** incluye valores que necesitamos para ser nuestro mejor yo, como los Seis Pilares del Carácter: confianza, respeto, responsabilidad, justicia, bondad y ciudadanía.
- **El carácter de desempeño** se centra en los valores que nos ayudan a hacer nuestro mejor trabajo, como la positividad, el aprendizaje, resiliencia, autodisciplina, perseverancia y diligencia.

Cómo enseñar el carácter con la estrategia T.E.A.M (en español E. F. P. M.)

- **Enseñar a los niños que su carácter cuenta**
Debemos enseñar a nuestros hijos sobre los Seis Pilares del Carácter, qué significa cada Pilar, y cómo se manifiesta y cómo no se manifiesta en acción
- **Fomentar los Seis Pilares del carácter**
Recompensar el buen comportamiento (generalmente el elogio es suficiente) y desalentar el mal comportamiento imponiendo consecuencias justas y consistentes.
- **Promover el carácter**
Continuamente animar a los niños a cumplir con los Seis Pilares del Carácter explicando y mostrando por qué es importante demostrar los Pilares.
- **Modelar buen comportamiento**
Todo lo que dices y haces (o dejas de hacer) envía un mensaje sobre tus valores. Asegúrate de que estos mensajes refuercen tus lecciones sobre cómo hacer lo correcto, incluso cuando es difícil. Cuando resbales, sé responsable; ¡discúlpate sinceramente y hazlo mejor!

Cómo usar esta guía:

Nuestro objetivo es dar a las familias una variedad de formas de enseñar carácter. Imagina una caja de herramientas para padres donde puedes guardar todas tus herramientas de crianza. Esta guía puede proporcionarte más ideas para tu caja de herramientas.

Esta guía está organizada por los Seis Pilares del Carácter. Para cada Pilar, encontrarán:

- Una introducción al Pilar.
- Ideas sobre cómo enseñar, fomentar, promover y modelar el buen carácter.
- Un iniciador de diálogo.
- Una herramienta de Excellence with Integrity™ (excelencia con integridad). Estas estrategias pueden ayudarle a hablar con sus hijos, y pueden ser utilizadas con niños o adultos, en casa, en la escuela o en el trabajo.

Sobre esta guía:

Un proyecto del Centro Robert D. y Billie Ray de la Universidad de Drake, Una Guía Familiar para Enseñar Buen Carácter, introduce a las familias a los Seis Pilares y proporciona ideas para que los adultos ayuden a enseñar el buen carácter en el hogar, la escuela y la comunidad.

¡CHARACTER COUNTS! y los Seis Pilares del Carácter son marcas registradas del Instituto de Ética Josephson. Aprenda más en www.CharacterCounts.org. Las herramientas de *Excellence with Integrity* son marcas registradas del Instituto de Excelencia con Integridad. Estas herramientas han sido adaptadas con permiso para su uso en esta guía. Más información en www.ewii.org.

Más información:

Para más recursos, visítenos en www.drake.edu/raycenter, o llámenos al 515-271-1910.

CONFIABILIDAD

- Sé honesto.
- No engañes, no hagas trampas ni robos
- Sé confiable; haz lo que dices que harás.
- Sé leal.
- Ten el valor de hacer lo correcto
- Construye una buena reputación
- Cumple tus promesas

Cuando otros confían en ti, creen que harás lo que dices que harás y mantendrás tus promesas. Muestras integridad cuando lo que crees coincide con lo que haces.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Enseña a tu hijo sobre ser confiable utilizando los iniciadores de diálogo y la herramienta que se menciona a continuación.
- **Fomentar:** Habla con tu hijo sobre momentos en tu vida y escucha los suyos, cuando es difícil ser honesto o mantener promesas y por qué es importante.
- **Promover:** Habla con tu hijo sobre cómo la honestidad construye confianza. Discute el impacto de la confianza en tu familia y amistades.
- **Modelar:** Sé un buen ejemplo al seguir haciendo lo que dices que harás.

Iniciadores de diálogo

¿Cómo puede mentir romper la confianza? ¿Qué hace que un adulto sea digno de confianza? ¿Qué podría hacer mejor o diferente para ser más digno de confianza?

Herramienta de Excelencia con Integridad

Lista de verificación de la integridad en acción

A veces tomar la decisión correcta es difícil. Hágase las preguntas de la herramienta de lista de control y si tiene más cheques de “sí” que de “no”, probablemente está haciendo una buena elección.

Practica usando la lista de verificación en escenarios como un cajero que te da demasiado cambio. Use la lista de verificación para decidir lo que debe hacer en esta situación.

Hazte estas preguntas:	SÍ	NO
Prueba de la Regla de Oro: Si la situación se invirtiera, ¿Es así como me gustaría que me trataran?		
Prueba de conciencia: ¿Me sentiré bien sobre esto después, sin arrepentimientos, sin culpa?		
Prueba de familia: ¿Mi familia estará orgullosa de esto?		
Prueba de los Titulares: ¿Querría yo que esto se informará en las noticias?		
Prueba de si todos hicieran esto: ¿Querría vivir en un mundo en el que todo el mundo hiciera esto?		

¿Y si todavía no está claro qué hacer?

- ¡Detente!
- Piénsalo un poco más
- Busca una visión adicional de las personas cuyo carácter respetas.

RESPECTO

- Trata a los demás con respeto; sigue la Regla de Oro
- Sé comprensivo con las diferencias
- Usa buenos modales, no uses lenguaje grosero
- No amenazas, golpees ni lastimes a nadie
- Sé considerado con los sentimientos de los demás
- Enfrenta de manera pacífica la ira, los insultos y los desacuerdos

Todos tienen valor como seres humanos y merecen nuestro respeto. No tienes que simpatizar con todos, y no tienes que estar de acuerdo con sus opiniones o comportamientos, pero deberías dar respeto libremente, independientemente del respeto que recibas.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Enseña a tu hijo sobre el respeto utilizando los iniciadores de discusión y herramientas que se mencionan a continuación.
- **Fomentar:** Elogia a tu hijo cuando demuestre respeto y ofrece consecuencias justas cuando muestre un comportamiento irrespetuoso.
- **Promover:** Brinda oportunidades para que tu hijo practique el respeto y discute por qué es importante para él/ella, para ti, tu familia y la comunidad.
- **Modelar:** Sé un buen modelo que seguir y demuestra respeto en todas las áreas de tu vida.

Iniciador de diálogo

¿Y si todos usaran malos modales? ¿Y si nadie tratara a los demás con respeto? ¿Qué podría hacer mejor o de manera diferente para mostrar respeto a los demás?

Herramienta de Excelencia con Integridad

Dos pasos para una mejor comunicación

La comunicación respetuosa puede ser difícil cuando no estamos de acuerdo con alguien. Debemos estar dispuestos a aceptar que nuestra opinión no es un hecho; creer en algo con fuerza no lo hace más cierto. Comunicarse con respeto requiere que nos expresemos de una manera reflexiva y con propósito.

1 Intenta comprender

Utiliza la escucha activa repitiendo, con tus propias palabras, lo que acabas de escuchar. Esto ayuda a asegurarse de que entiendes lo que estás escuchando.

Ejemplo:

Persona 1: “Estoy decepcionado de que no hayas venido a mi fiesta de cumpleaños”.

Persona 2: “Entiendo que estás disgustada porque no fui a tu fiesta.”

2 Intenta ser Entendido

Expresa tus pensamientos, sentimientos y expectativas sin culpar, insultar o atacar personalmente.

Ejemplo: “Me decepciona que no hayas compartido tu juguete nuevo.”

RESPONSABILIDAD

- Haz lo que se supone que debes hacer
- Persevera; sigue intentándolo
- Siempre haz lo mejor que puedas
- Usa el autocontrol
- Sé autodisciplinado.
- Piensa antes de actuar; considera las consecuencias
- Sé responsable de sus elecciones

Mostrar responsabilidad y hacer lo mejor que puedas requiere esfuerzo y una buena actitud.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Enseña a tu hijo sobre ser responsable utilizando los iniciadores de discusión y herramientas que se mencionan a continuación.
- **Fomentar:** Elogia a tu hijo cuando demuestre responsabilidad y ofrece consecuencias justas cuando muestre un comportamiento irresponsable.
- **Promover:** Brinda oportunidades para que tu hijo practique la responsabilidad y discute por qué es importante para él/ella, para ti, tu familia y la comunidad.
- **Modelar:** Sé un buen modelo que seguir y demuestra responsabilidad en todas las áreas de tu vida.

Inicio de la discusión

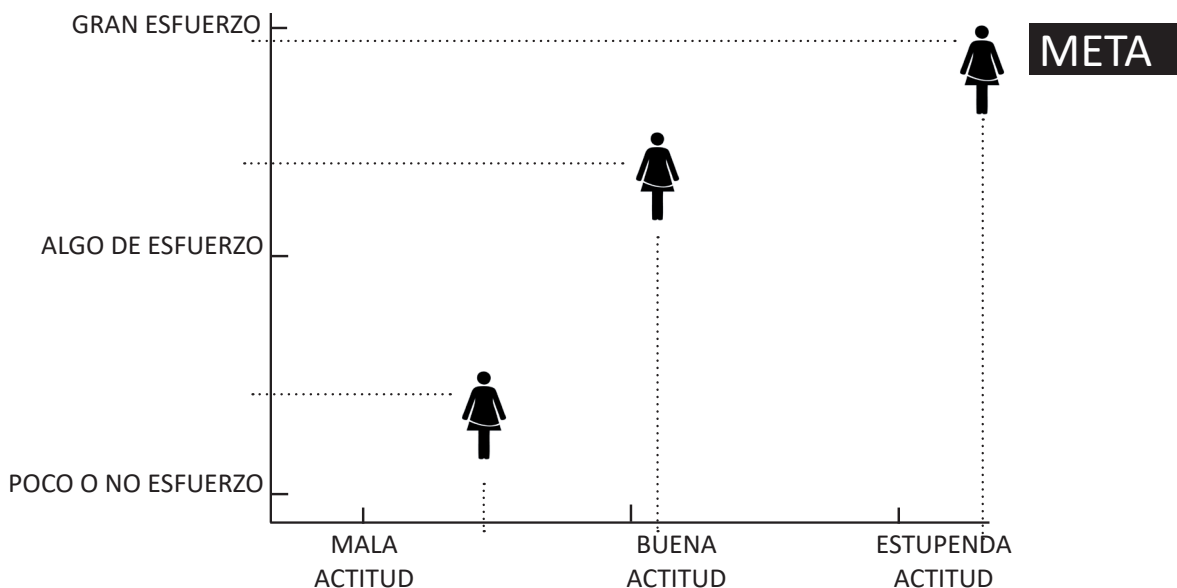
¿Cómo demuestra responsabilidad el hecho de mantener un seguimiento de tus propias cosas? ¿Cuáles son las responsabilidades que tienes para ayudar a nuestra familia? ¿Cuál es una responsabilidad que tienes como estudiante en la escuela? ¿Qué podría hacer yo mejor o de manera diferente para ser más responsable?

Herramienta de Excelencia con Integridad

Alcanzar los objetivos con actitud y esfuerzo

Ya sea aprender una nueva habilidad, realizar tareas domésticas o completar la tarea, el éxito dependerá del esfuerzo que tu hijo ponga y de la actitud que tenga. Ayuda a tu hijo a identificar una meta que quiera lograr. Pídele todos los días que evalúe su actitud y esfuerzo y lo registre en la herramienta que se menciona a continuación.

Como puede ver en el diagrama de abajo, esforzarse y tener una gran actitud ayudará a lograr su objetivo. A medida que la actitud y el esfuerzo de Jane mejoran, se acerca más a su objetivo.



JUSTICIA

- Juega según las reglas
- Toma turnos y comparte
- Sé de mente abierta; escucha a los demás
- No te aproveches de los demás
- No culpes a otros sin cuidado

Los niños a menudo se quejan de que las cosas “no son justas” cuando las cosas no salen como ellos quieren. Una forma de ayudar a enseñar la justicia es promover el compromiso.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Enséñale a su hijo a ser justo usando los iniciadores de diálogo y las herramientas que se presentan a continuación.
- **Fomentar:** Elogia a tu hijo cuando demuestre justicia y ofrece consecuencias justas cuando muestre comportamientos injustos.
- **Promover:** Brinda oportunidades a tu hijo para practicar la justicia y dialoguen por qué es importante para él/ella, para ti, tu familia y la comunidad.
- **Modelar:** Sé un buen modelo a seguir y demuestra justicia en todas las áreas de tu vida.

Iniciador de diálogo

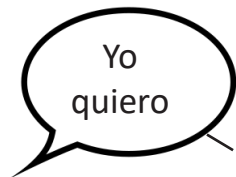
¿Puedes pensar en un momento en el que pensaste que algo no era justo? ¿Cómo podría un compromiso haber ayudado a la situación? ¿Qué podría hacer mejor o diferente para ser más justo?

Herramienta de Excelencia con Integridad

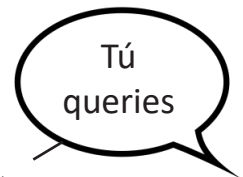
Yo quiero, tú quieres, podríamos

El compromiso es crear una situación de “ganar-ganar” y encontrar un equilibrio entre las diferentes necesidades de los individuos. El compromiso es esencialmente un proceso de “yo quiero, tú quieres, podríamos”. Dependiendo de su edad y/o madurez, algunos niños pueden encontrar difícil el compromiso. Puede que necesites ayudarlos a trabajar en el problema. Ten en cuenta que no solo les estás ayudando a superar el desacuerdo actual, sino que les estás enseñando una estrategia de justicia que podrán utilizar a lo largo de sus vidas.

Comunícate para que tus necesidades sean entendidas.



Comunícate para que entiendas las necesidades de los demás.



Sé creativo para llegar a un compromiso.



Ejemplo:

Persona 1: “Quiero ir al cine.”

Persona 2: “Quiero quedarme en casa y leer un libro.”

Persona 1: “Quieres quedarte en casa y leer. Quiero ir al cine. Podríamos quedarnos en casa hoy e ir al cine el sábado.”

BONDAD

- Sé amable
- Sé compasivo y muestra que te importa
- Expresa gratitud
- Perdona a los demás
- Ayuda a las personas necesitadas

Puedes ser bondadoso siendo un buen amigo. Aprender más sobre tus amigos te ayuda a mantener tus amistades fuertes y te ayuda a conectarte con nuevas personas.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Educa a tu hijo sobre ser cuidadoso utilizando los iniciadores de discusión y herramientas que se presentan a continuación.
- **Fomentar:** Elogia a tu hijo cuando demuestre ser bondadoso y ofrece consecuencias justas cuando muestre comportamientos indiferentes o poco amables.
- **Promover:** Brinda oportunidades a tu hijo para practicar el ser bondadoso y dialogar por qué es importante para él/ella, para ti, tu familia y la comunidad.
- **Modelar:** Sé un buen modelo a seguir y demuestra ser bondadoso en todas las áreas de tu vida.

Iniciador de diálogo

¿Se pueden retractar las palabras hirientes? ¿Qué podría hacer mejor o de manera diferente para ser más bondadoso?

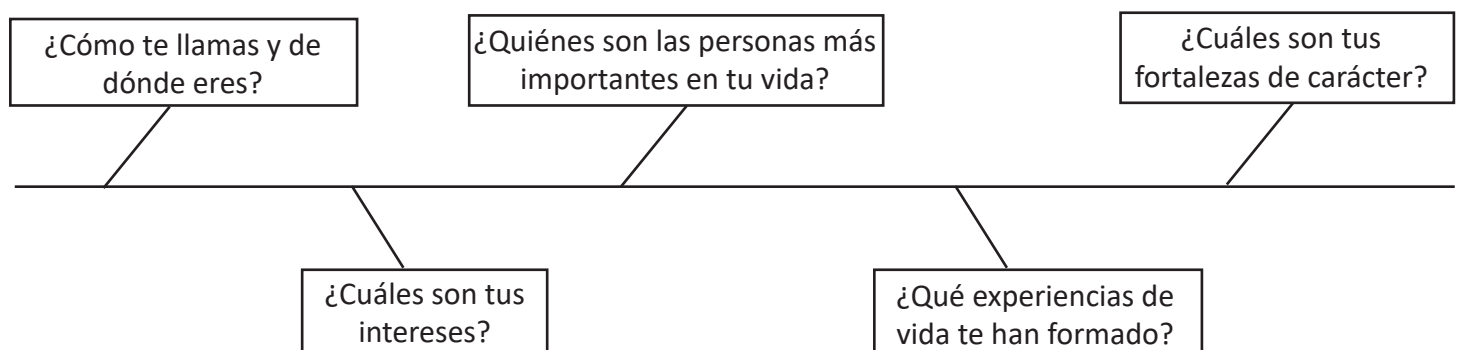
Herramienta de Excelencia con Integridad

De la Superficie a la Sustancia

Cuando hablas con alguien nuevo, es importante aprender más sobre esa persona. Se necesita valentía y curiosidad para conectar con los demás, especialmente con aquellos que no conoces, que son nuevos o parecen un poco diferentes a ti.

Comienza con preguntas generales y a medida que continúes conectando, avanza hacia preguntas más / personales.

Puedes conectar con otros haciendo preguntas de diferentes niveles. Empieza con preguntas generales y a medida que tu amistad crezca, hablarás sobre temas más personales.



CIUDADANÍA

- Haz tu parte para mejorar tu escuela y comunidad
- Coopera
- Participa en asuntos comunitarios
- Mantente informado; vota
- Sé un buen vecino
- Obedece las leyes y reglas; respeta la autoridad
- Protege el medio ambiente

Puedes mostrar buena ciudadanía siendo un líder en tu escuela o comunidad. El liderazgo no es un trabajo, es una acción. Todos en tu familia pueden ser líderes.

T.E.A.M.

- **Enseñar:** Enseña a tu hijo a ser un buen ciudadano usando las herramientas de inicio de diálogo que se presentan a continuación.
- **Fomentar:** Elogia a tu hijo cuando demuestre su ciudadanía y ofrezca consecuencias justas cuando muestre un comportamiento contrario.
- **Promover:** Proporciona oportunidades para que tu hijo practique la ciudadanía y dialogue por qué le importa a él, a usted, a su familia y a la comunidad.
- **Modelar:** Sea un buen modelo a seguir y demuestra la ciudadanía en todas las áreas de tu vida.

Iniciador de diálogo

¿Qué significa ser un buen ciudadano? ¿Cómo crees que nuestra comunidad o escuela puede mejorar? ¿Qué puedes hacer como ciudadano para ayudar? ¿Qué podría hacer mejor o de manera diferente para mostrar liderazgo y ciudadanía?

Herramienta de Excelencia con Integridad

Liderazgo en acción

Ser un buen ciudadano requiere acción, así que sigue los cuatro pasos para el liderazgo en tu comunidad

4

Pasos para ser un líder

1. Comprométete con un objetivo compartido
2. Motiva a los demás
3. Ayuda a otros a dar lo mejor de sí
4. Responsabilízate a ti mismo y a los demás

Así es como se ven los cuatro pasos en acción.

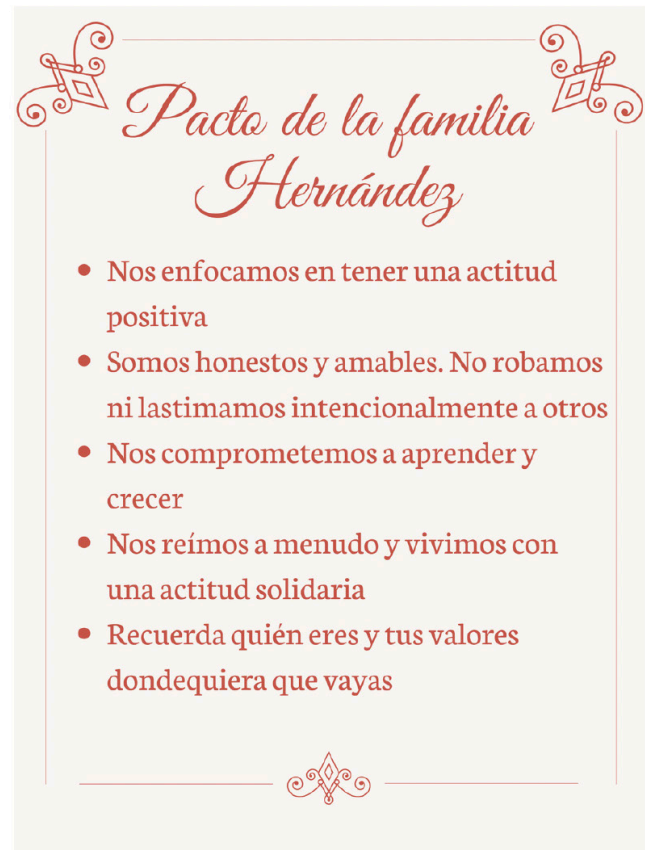
La familia Smith ha decidido pasar el sábado limpiando su parque local. Todos pueden ser líderes en el proyecto.

1. Todos quieren que el parque esté limpio y se comprometen a asistir un sábado al mes para ayudar. (Comprometerse con un objetivo compartido)
2. Cuando un miembro de la familia se cansa, otro le recuerda lo genial que se verá el parque cuando terminen. (Motivar a los demás)
3. Si un miembro de la familia tiene problemas con su tarea, otro puede ayudarlo o enseñarle cómo hacerlo. (Ayudar a otros a dar lo mejor de sí)
4. Recordar a cada miembro de la familia que vamos a limpiar el parque mañana. (Responsabilizarse a uno mismo y a los demás)

UN PACTO FAMILIAR

Un pacto familiar es un acuerdo de sus valores. Se centra en lo que es más importante en sus vidas y relaciones.

Tener una copia escrita de su pacto le proporciona a su familia un recordatorio de las expectativas en su hogar. Los valores de cada familia son diferentes y por lo tanto el pacto de cada familia será diferente. Aquí hay dos ejemplos:



Cómo crear tu pacto familiar

- Explica que un pacto es un acuerdo entre todos los miembros de la familia. Este pacto será un acuerdo sobre qué valores son más importantes en su familia.
- Pide a cada miembro de la familia que contribuya con ideas para el pacto. Como familia, repasen las ideas y determinen qué elementos reflejan sus valores familiares más importantes.
- Conviertan esos valores en declaraciones. ¿Cómo actuarás?
- Coloca tu pacto familiar en un lugar prominente de tu casa. O, tal vez quieras hacer varias copias y dárselas a cada miembro de la familia.
- Podrías hacer que cada miembro de la familia firme el pacto.
- No te olvides de hablar regularmente sobre tu pacto y de hacer las actualizaciones necesarias.

Cómo se usa

Tu familia puede usar tu pacto familiar como un recordatorio del comportamiento esperado. También pueden referirse a él cuando surjan problemas. Por ejemplo, “Nuestro pacto nos recuerda que cuidemos a nuestras mascotas; me gustaría que por favor alimentarás al perro”. O, “Acordamos en nuestro pacto que siempre diríamos la verdad. Me gustaría que por favor me dijeras la verdad sobre lo que pasó en el parque.”

¡Nos encantaría ver tu Pacto Familiar! Compártelo enviándonos un correo electrónico a RayCenter@Drake.edu.

TEMAS DE ACTUALIDAD

Las familias se encontrarán con una amplia gama de problemas, que pueden incluir desde rivalidad entre hermanos hasta acoso cibernético. Las estrategias en este libro pueden proporcionarte un punto de partida para abordar cualquier tema.

Por ejemplo, si tu hijo tiene dificultades con una asignatura en la escuela, podrías explicarle el ejemplo de actitud y esfuerzo en la página de responsabilidad. Si tus hijos están discutiendo, podrías usar la estrategia de comunicación en la página de respeto y la estrategia de ganar-ganar en la página de justicia. Además, siempre puedes referirte al pacto familiar para guiar las discusiones familiares.

Aquí hay algunos otros temas candentes que pueden abordarse utilizando los Seis Pilares del Carácter y las estrategias en esta guía.

Acoso Escolar

Generalmente, los expertos coinciden en que el acoso escolar:

- es una acción o acciones repetidas,
- es negativo y dirigido a un individuo o individuos específicos, y
- ocurre entre individuos donde hay un desequilibrio de poder percibido (fuerza, estatus, tamaño).

Qué hacer si tu hijo dice que está siendo acosado:

- Pídele a tu hijo que explique lo que sucedió. Sé compasivo y comprensivo.
- Notifica a la escuela (o al entrenador, etc.) y dales los detalles que aprendiste de tu hijo. Mantén la calma y sé respetuoso en tu comunicación.
- Aprende las políticas de la escuela. Enseña a tu hijo qué hacer cuando ocurre el acoso escolar.
- Ayuda a tu hijo a ser “a prueba de acosadores”. Aquí hay solo algunas formas:
 - Busca maneras de construir la autoconfianza de tu hijo. Dale oportunidades para tener éxito.
 - Anima a tu hijo a construir un sistema de apoyo en la escuela. Los acosadores tienen menos probabilidades de atacar cuando hay otros estudiantes presentes.
 - Enseña al niño a encontrar su voz. Puede que quieran responder al acoso cuando suceda, por ejemplo, “Quiero que me dejes en paz”. Una respuesta firme puede disminuir el poder que el acosador cree tener.

Criando Hijos en un Mundo Digital

Los teléfonos inteligentes y las redes sociales han cambiado la forma en que criamos a nuestros hijos. Un mundo completamente nuevo de peligros potenciales ahora puede caber en sus bolsillos. Aquí hay algunos consejos para iniciar a tu familia en el camino correcto de la tecnología.

- Establece expectativas y reglas claras para el uso de la tecnología.
- Utiliza funciones de seguridad y privacidad en línea para limitar lo que es accesible.
- Los padres deben leer regularmente correos electrónicos, mensajes de texto, ver fotos y feeds de redes sociales.
- Enseña a tus hijos sobre la seguridad en línea y la importancia de no compartir información personal en línea.
- Sé proactivo. Es tu responsabilidad enseñarles cómo estar seguros y luego monitorear adecuadamente su uso.
- Mantente informado. Sitios web como CommonSenseMedia.org proporcionan calificaciones y reseñas para películas, programas de televisión, aplicaciones, juegos, y sitios web.

Para obtener más información y recursos para apoyar el carácter y obtener más información sobre cómo abordar temas candentes, visita TheRayCenter.org.