



Guía Familiar para Enseñar Buen Carácter

Presentado por



The Robert D. and
Billie Ray Center
Home of CHARACTER COUNTS!®





Los Seis Pilares de Caracter®

Usa T.E.A.M. para Construir Buen Carácter

- T Enseña (Teach) los Seis Pilares del Carácter**
Ayuda a tu hijo a comprender lo que significa cada Pilar y cómo se ve en acción.
- E Fomenta (Encourage) los Seis Pilares del Carácter**
Da elogios para alentar el buen comportamiento y utiliza consecuencias justas y consistentes para detener el comportamiento no deseado.
- A Aboga (Advocate) por el Buen Carácter**
Anima continuamente a los niños a cumplir con los Seis Pilares del Carácter explicando y mostrando por qué su carácter importa.
- M Modela (Model) 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 hacer lo correcto, incluso cuando sea difícil. Cuando falles, sé responsable; discúlpate sinceramente y hazlo mejor.

Cómo Usar Esta Guía

Esta guía está organizada por los Seis Pilares del Carácter. Encontrarás:

- una actividad de pacto familiar para ayudar a tu familia a enfocarse en lo más importante en sus vidas y relaciones,
- una introducción a cada Pilar,
- ideas sobre cómo ser un modelo a seguir para tus hijos en casa,
- iniciadores de conversación, y
- escenarios del mundo real para explorar juntos, desglosados por grados K-6 y grados 7-12.

Seis Consejos Útiles al Comenzar

1

No tienes que hacerlo todo.

Hemos proporcionado algunos iniciadores de conversación. Elige uno o dos que te parezcan adecuados. Usa las preguntas como guía y deja que la conversación fluya.

2

Encuentra el momento adecuado.

Intenta plantear una pregunta durante los trayectos en coche, las comidas o a la hora de dormir. Los niños tienden a abrirse cuando las cosas se sienten relajadas y sin presión.

3

Habla su idioma.

Usa palabras y ejemplos que tengan sentido para su edad. Lo simple y específico funciona mejor con los más pequeños, mientras que a los niños mayores puede gustarles preguntas más profundas.

4

Demuestra que estás escuchando.

Hazles saber que sus pensamientos importan. Di cosas como “Eso tiene sentido.” o “Gracias por compartir.” Sé curioso y haz preguntas para comprender mejor sus pensamientos y sentimientos. Esto les ayuda a sentirse escuchados y seguros.

5

Comparte un poco de ti mismo.

Cuando se sienta adecuado, comparte tus propias historias o sentimientos. Ser abierto ayuda a que los niños también se sientan más cómodos al expresarse.

6

Concéntrate en la conexión.

Estas conversaciones no se tratan de corregir o arreglar. Solo estate presente, escucha y construye confianza con el tiempo.

Comienza con un Pacto Familiar

Un pacto familiar se enfoca en los valores de tu familia y es un recordatorio de las expectativas en tu hogar. Los valores de cada familia son diferentes, por lo tanto, el pacto de cada familia también será diferente.

Aquí tienes dos ejemplos de familias reales.



Nuestro Pacto Familia Smit

Nosotros vamos a

- ser amables con todos.
- tratar a las personas como queremos ser tratados.
- usar siempre nuestros modales.
- elegir nuestra actitud.
- decir la verdad.
- cuidar bien de nuestro hogar, pertenencias y mascotas.
- escuchar con nuestros oídos y con nuestro corazón.
- resolver nuestros problemas o aceptar estar en desacuerdo.

La Manera Davidson

No nos quejamos, reclamamos ni ponemos excusas; en su lugar trabajamos duro, nos enfocamos en lo positivo, tenemos una actitud de “sí se puede” y nos esforzamos mientras esperamos.

Nos comprometemos a ser honestos y confiables, amables y justos. No mentimos, hacemos trampa, robamos ni dañamos intencionalmente a otros.

Trabajamos para mantener nuestras mentes, cuerpos y almas sanos, fuertes y puros. Nos disciplinamos para que otros no tengan que hacerlo.

Somos amantes de la diversión y tomadores de riesgos saludables. Vivimos deliberadamente con una actitud de gratitud y alegría. Reímos con frecuencia y amamos generosamente, sabiamente y de manera plena.

**Recuerda quién eres
dondequiera que vayas, lo que sea que
hagas.**

Cómo Crear tu Pacto Familiar

Explica que un pacto es un acuerdo entre todos en la familia. Este pacto será un acuerdo sobre qué valores son más importantes en tu familia.

1. Pide a cada miembro de la familia que aporte ideas para el pacto. Como familia, revisen las ideas y decidan qué valores son más importantes para ustedes.
2. Conviertan esos valores en declaraciones. ¿Cómo van a actuar?
3. Coloquen su pacto familiar en un lugar destacado de su hogar. O, si lo prefieren, hagan varias copias y entégrenlas a cada miembro de la familia.
4. Podrían hacer que cada miembro de la familia firme el pacto.
5. No olviden hablar de su pacto con regularidad y hacerle las actualizaciones necesarias.

Cómo Usarlo

Tu familia puede usar su pacto familiar como un recordatorio del comportamiento esperado. También pueden recurrir a él cuando surjan problemas. Por ejemplo: “Nuestro pacto nos recuerda cuidar de nuestras mascotas; me gustaría que por favor alimentes al perro.” O: “Acordamos en nuestro pacto que siempre diríamos la verdad. Me gustaría que por favor me digas la verdad sobre lo que pasó en el parque.”



Confiabilidad

Cuando otros confían en nosotros, creen que vamos a cumplir nuestras promesas y hacer lo que decimos que haremos.



Sé un Modelo de Confiabilidad

Cumple tus promesas.

Cumple los compromisos que haces como familia.

Admite cuando estás equivocado.

Di la verdad.

Sé alguien con quien tu hijo pueda compartir sus sentimientos sin miedo ni juicios.

Cumple con las consecuencias.



Preguntas Rápidas

¿Cómo describes a alguien que es confiable?

¿Sientes que puedes confiar en mí? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Cuáles son algunas formas en que podemos construir confianza como familia?

¿Cómo puede mentir, romper la confianza?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Noah le dice a su mamá que terminará su tarea antes de salir a jugar afuera, pero de todos modos sale antes de terminarla.

Luego pregunta:

¿Por qué deberíamos elegir cumplir una promesa cuando hay algo más divertido que hacer?

¿Puedes pensar en un momento en que no cumpliste tu palabra? ¿Cómo te hizo sentir eso?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Tú me cuentas algo importante, como un secreto sobre cómo te sientes. Yo se lo cuento a otras personas sin preguntar si está bien compartirlo.

Luego pregunta:

¿Qué podría haber hecho de manera diferente en esta situación para proteger tu confianza en mí?

¿Cómo podemos reconstruir la confianza cuando se rompe?



Respeto

Mostrar respeto significa reconocer el derecho de todos a ser tratados con dignidad. Podemos mostrar respeto a los demás incluso si no estamos de acuerdo con ellos o no los admiramos.



Sé un modelo de Respeto

Defiende a los demás.

Mantén la mente abierta a diferentes opiniones e ideas.

Habla con calma en los desacuerdos.

Sé paciente si alguien comete un error.

Reconoce cuando tu hijo quiere cercanía y cuando necesita espacio.

Sé un buen oyente.



Preguntas Rápidas

¿Cómo describirías a alguien que muestra respeto?

¿Sientes que te respeto? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Cómo podemos mostrar respeto por nosotros mismos?

¿Cómo mostramos respeto por nuestra familia?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Lucy dejó sus juguetes y meriendas por toda la sala. Más tarde ese día, otro miembro de su familia necesitó usar ese espacio.

Luego pregunta:

¿Cómo podemos cuidar los lugares que todos usamos y las cosas que compartimos en casa?

¿Qué es una cosa que podemos empezar a hacer para cuidarnos mejor unos a otros y nuestro hogar?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Imagina que tengo una foto graciosa tuya y la publico en internet sin preguntarte primero.

Luego pregunta:

¿Qué debería haber hecho de manera diferente en esta situación para respetar tu privacidad?

¿Qué cosas podemos hacer el uno por el otro para mantener el respeto en nuestra relación?



Responsabilidad

Ser responsable significa hacer las cosas a tiempo, mantenerse organizado y dar lo mejor de uno mismo. Ser responsable también incluye manejar las emociones de una manera saludable y buscar formas de ayudar a los demás.



Sé un Modelo de Responsabilidad

Sigue las rutinas.

Toma la iniciativa. Ayuda a alguien sin que te lo pidan.

Cuida tus pertenencias.

No te rindas. Sigue intentándolo.

Sé responsable de controlar tus emociones.

Busca soluciones cuando cometes errores.



Preguntas Rápidas

¿Cómo te sientes cuando alguien confía en ti con una responsabilidad?

¿Crees que todos en nuestra familia tienen una cantidad adecuada de responsabilidad?

¿Qué pasa cuando elegimos evitar la responsabilidad?

¿Qué nuevas responsabilidades estás listo para asumir?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Prometí comprar una cartulina para tu proyecto escolar después del trabajo, pero lo olvidé.

Luego pregunta:

¿Qué sería lo responsable que debería hacer en esta situación? ¿Cómo te hace sentir este error?

¿Qué responsabilidades tenemos cuando hacemos una promesa?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Tus amigos se están burlando de alguien en un chat grupal. Tú no te unes a las burlas, pero tampoco las detienes.

Luego Pregunta:

¿Qué significa ser responsable en una situación como esta?

¿Cuáles son las consecuencias de quedarse en silencio? ¿Y cuáles son las consecuencias de hablar? ¿Cuál es la acción más responsable?



Justicia

Justicia significa compartir, turnarse y seguir las mismas reglas que todos los demás. Cuando somos justos, no juzgamos a los demás y tratamos de comprender sus sentimientos y necesidades.



Sé un Modelo de Justicia

Defiende a los demás.

Considera las perspectivas de otras personas para comprender que necesitan.

Busca y aprende de diferentes opiniones.

Incluye a los niños en la toma de decisiones.

Reconoce con respeto cuando algo no es justo.

Sé consistente con las reglas y expectativas.



Preguntas Rápidas

Piensa en nuestras reglas en casa. ¿Qué reglas parecen justas y qué reglas parecen injustas? ¿Por qué?

¿Cómo se ve, cómo suena y cómo se siente la justicia?

¿Qué puedes hacer para que tu escuela sea más justa para todos?

¿Cuándo es difícil escuchar opiniones diferentes?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Tú y tus amigos están jugando fútbol en el recreo. Amir pide unirse, pero tu grupo dice que no porque creen que no es lo suficientemente buen jugador.

Luego Pregunta:

¿Es esta una razón justa para dejar a alguien fuera? ¿Habría alguna razón justa para dejar a alguien fuera en este ejemplo?

¿En qué momentos puedes incluir a otros con más frecuencia?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Tu amigo te habla mucho sobre sus problemas. Cuando tú quieres hablar de los tuyos, no te escucha ni se toma el tiempo para ti.

Luego Pregunta:

¿Esto se siente justo? ¿Cómo puedes compartir tus sentimientos sin dañar la relación?

¿Hay momentos en que esto pasa en nuestra familia? ¿Cómo podemos asegurarnos de que cada miembro de la familia reciba el apoyo que necesita?



Bondad

Podemos demostrar que nos importa a través de nuestras palabras y acciones. Esto incluye ofrecer elogios y ánimo, defender lo que es correcto y ayudar a los demás.



Sé un Modelo de Bondad

Usa un lenguaje amable.

Muestra gratitud cuando alguien te ayuda.

Busca maneras de ayudar a los demás.

Expresa empatía.

Hazles saber a los demás que te importan sus sentimientos.

Cuida de ti mismo.



Preguntas Rápidas

¿Cómo muestras bondad por ti mismo?

¿Podemos querer a alguien con quien no estamos de acuerdo?
¿Por qué sí o por qué no?

¿Cuáles son las maneras en que nuestra familia cuida unos de otros?

¿Crees que todos quieren ser cuidados de la misma manera? ¿Por qué sí o por qué no?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Tu mejor amigo quiere hablar de algo que le molesta, pero tú te sientes cansado y abrumado por tu día.

Luego pregunta:

¿Qué podrías decirle a tu amigo que sea a la vez amable y honesto?

¿Cómo podrías apoyar a tu amigo mientras también cuidas de ti mismo?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Estás teniendo dificultades con algo en la escuela, y yo sigo intentando darte consejos. Sin embargo, tú solo quieres que te escuche.

Luego pregunta:

¿Cómo podrías decirme (de una manera amable y respetuosa) que no estoy siendo de ayuda?

¿Cómo podría ser más considerado en mis respuestas cuando tienes un problema?



Ciudadanía

Ser un buen miembro de la comunidad significa participar en nuestras escuelas y vecindarios para hacer la vida mejor para todos.



Sé un Modelo de Buena Ciudadanía

Haz voluntariado en tu comunidad.

Asume la responsabilidad de apoyar las necesidades y sentimientos de los demás.

Recicla.

Trabaja en equipo para lograr que las cosas se hagan.

Revisa a tus amigos, familia y vecinos con frecuencia.

Conserva el agua y la energía siempre que sea posible.



Preguntas Rápidas

¿Qué significa ser parte de una comunidad?

¿Cuáles son tus responsabilidades cuando eres parte de una comunidad?

¿Qué papel juega la empatía en la buena ciudadanía?

¿Cómo podemos unirnos como comunidad en tiempos difíciles?



Conversaciones Familiares

Para estudiantes de grados K-6

Comparte este escenario con tu familia.

Notas que la basura necesita sacarse y no hay nadie más en casa para hacerlo.

Luego Pregunta:

¿Qué piensas que deberíamos hacer cuando vemos algo que necesita hacerse, incluso si no es nuestro trabajo?

¿Cómo las acciones pequeñas y simples (como sacar la basura) contribuyen a una familia o comunidad fuerte?

Para estudiantes de grados 7-12

Comparte este escenario con tu familia.

Tu feed de redes sociales está lleno de opiniones sobre un tema controversial. Algunas parecen sesgadas o exageradas.

Luego Pregunta:

¿Qué significa estar bien informado? ¿Cómo decides qué creer y qué compartir?

Como familia, ¿qué necesitamos hacer para estar informados y discutir diferentes perspectivas con respeto?