

SEGURO, SEGURO Y AMADO FAMILIAS RESILIENTES

El Programa de Familias Resilientes es un modelo basado en la comunidad para fortalecer la resiliencia de los niños al enfocarse en el apego, las habilidades de funcionamiento ejecutivo y la reducción del estrés en familias con bebés. El plan de estudios fue desarrollado por la Dra. Barbara Burns, psicóloga del desarrollo y profesora de la Universidad de Santa Clara. El objetivo del proyecto es un funcionamiento familiar más saludable entre las familias de bajos ingresos con bebés, así como resultados prometedores de investigación en los campos de la psicología y el desarrollo infantil.



COMPONENTES DEL PROGRAMA



REUNIÓN SOCIAL FAMILIAR

Se alienta a las madres a participar y llevar a sus parejas e hijos a una reunión social familiar mensual. Durante estas reuniones, se presenta una breve instrucción a toda la familia basada en el modelo de Bienestar Familiar. El resto del tiempo se dedica a jugar juntos como una familia y socializar con otras familias.



CLASES PARA MADRES

Las madres asisten a seis clases basadas en el programa Safe, Secure, and Loved: Familias Resilientes. Este es un programa basado en la atención plena, basado en el trauma y dirigido por la comunidad que refuerza 6 hábitos de resiliencia en las madres (presencia emocional, manejo del estrés, autocuidado, escucha compasiva y desarrollo del cerebro). Las clases se ofrecen en español y son presentadas por promotoras.



PROMOTORAS

Las madres que han completado con éxito las seis clases y están dispuestas a enseñarlas a otras madres se convierten en "promotoras". Estas madres están capacitadas para enseñar el plan de estudios SSL a otras madres.



PARA MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES, CONTACTE:
MARIA GALLARDO, AL 408 278-2193 O MARIA@SACREDHEARTCS.ORG

BENEFICIOS

Las madres aprenden y se les anima a practicar los principios del “apego saludable”, que reduce el riesgo de abuso o negligencia y es el mejor indicador del éxito y bienestar futuro de un niño.

Reduce los niveles de estrés y aumenta el bienestar mental y físico en cada miembro de la familia. Las madres son alentadas y apoyadas por las relaciones que establecen.

Las promotoras / padres líderes se benefician al tener la oportunidad de transmitir su sabiduría y hacer trabajos de reparación como madre. Esto aumenta su sentido de propósito y tiene beneficios positivos para su bienestar mental, emocional y físico.

Las promotoras tienen el beneficio adicional de convertirse en líderes de la comunidad y, al enseñar a otros, incorporan los conceptos y habilidades a un nivel más profundo.

El programa está diseñado para apoyar a las familias durante todo un año. Esto aumenta la oportunidad de internalizar las habilidades que conducen al cambio de comportamiento.

