

La Rabia es Buena!

(si se maneja bien)

Concédeme serenidad para aceptar todo aquello que no
puedo cambiar;
fortaleza para cambiar lo que soy capaz de cambiar;
y sabiduría para entender la diferencia..

Michael Swisher
Adult Outreach & Engagement
Division de Servicios de Niños y Familias



DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

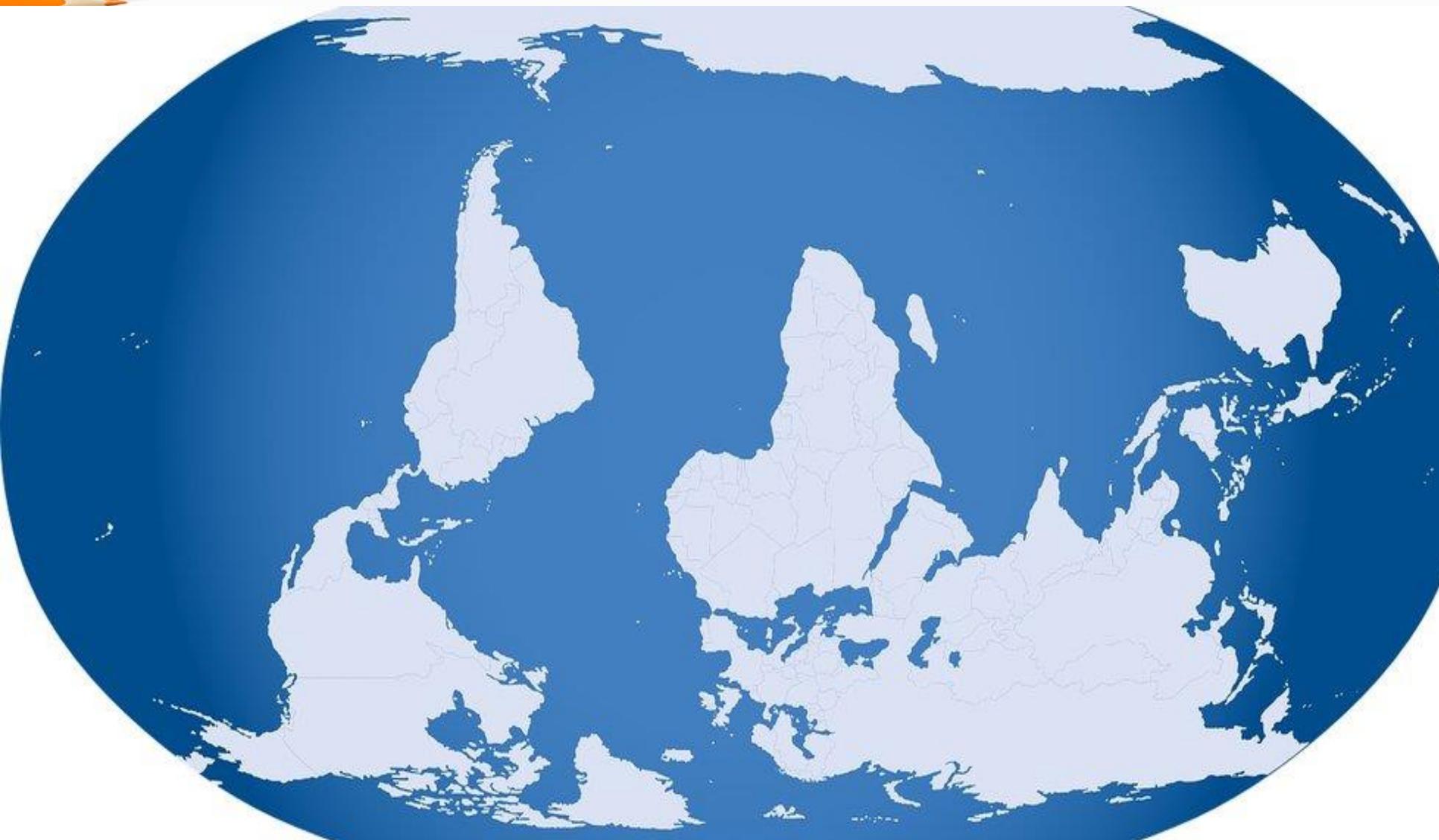
Child and Family Services Division





Certeza N^{ro} 1:

**Tenemos el derecho a
nuestra rabia
(y todas nuestras emociones)**



@apcyf; www.apcyf.org



DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

Child and Family Services Division





NU
R



@apcyf;

ARLINGTON
VIRGINIA

DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

Child and Family Services Division





Tristeza Una Perdida de algo o alguien



@apcyf; www.apcyf.org



DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

Child and Family Services Division





**Temor!
Hay algun
peligro,
real o
percibido**



@apcyf; www.apcyf.org



DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

Child and Family Services Division





**Verguenza!
Hicimos
algo que
afecto a
otros...**



@apcyf; www.apcyf.org



DEPARTMENT OF
HUMAN SERVICES

Child and Family Services Division





**NUESTRA
RABIA
es
causada
por...**





1. Cosas grandes, *fuera de nuestro control*

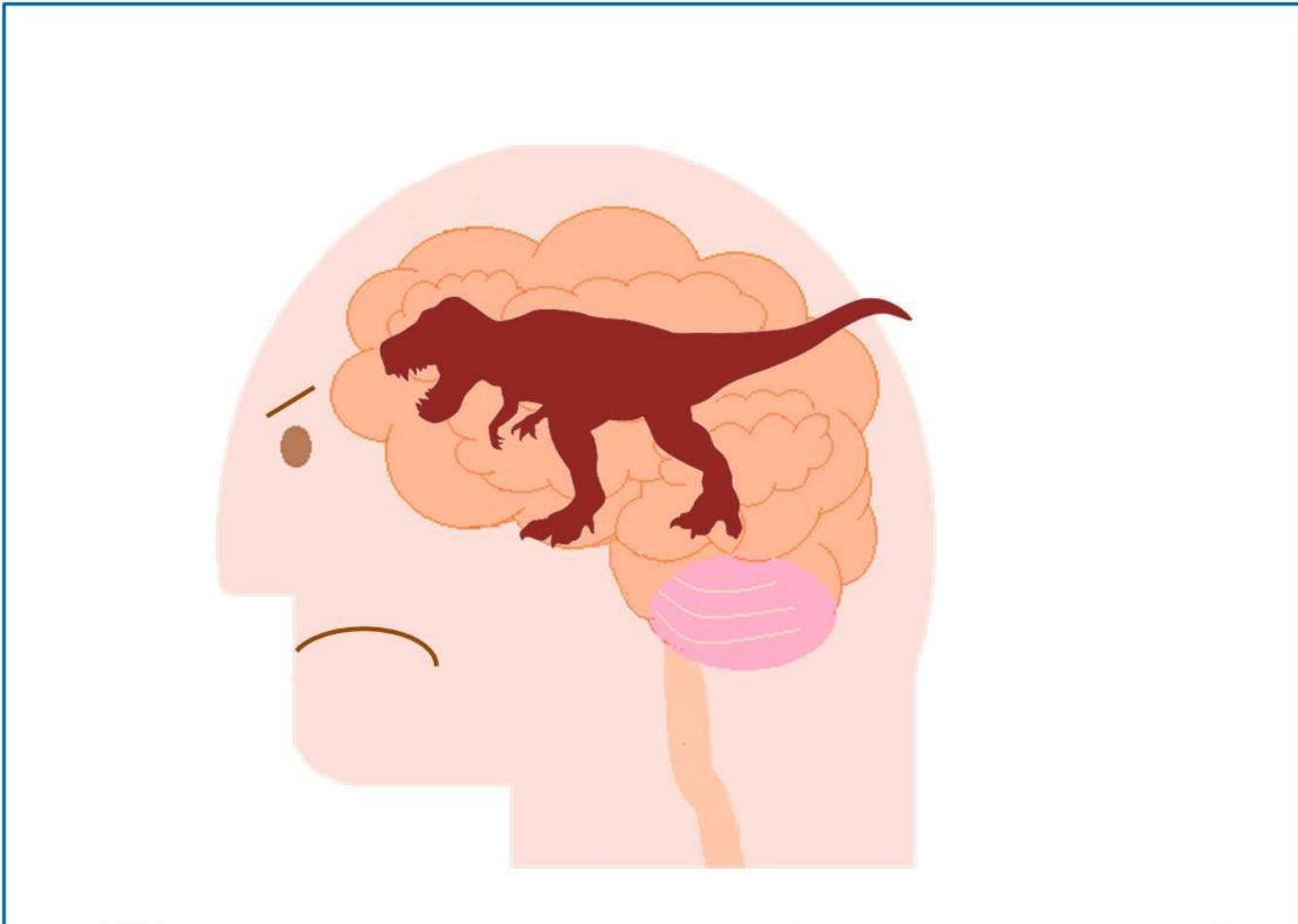


2. cosas que hacen los demas, *fuera de nuestro control*

3. Cosas que hacen los demas que podemos *influir*



***Concédeme serenidad para
aceptar todo aquello que no puedo
cambiar,;
fortaleza para cambiar lo que soy
capaz de cambiar;
y sabiduría para entender la
diferencia.***



@apcyf; www.apcyf.org

THE ARLINGTON
PARTNERSHIP
for Children, Youth & Families

Connect with Kids-
It only takes a minute.

www.apcyf.org



Certeza N^{ro} 2:

**Cuando estamos enojados
no “estamos” en la mejor
parte de nuestros cerebros**



@apcyf; www.apcyf.org



@apcyf; www.apcyf.org



La gente olvidará lo que dijiste,
olvidará lo que hiciste

pero nunca olvidará cómo los hiciste sentir





EAC Emociones Asunto Comportamiento (Dayle Malen, LCSW CCTP, M.Ed.)



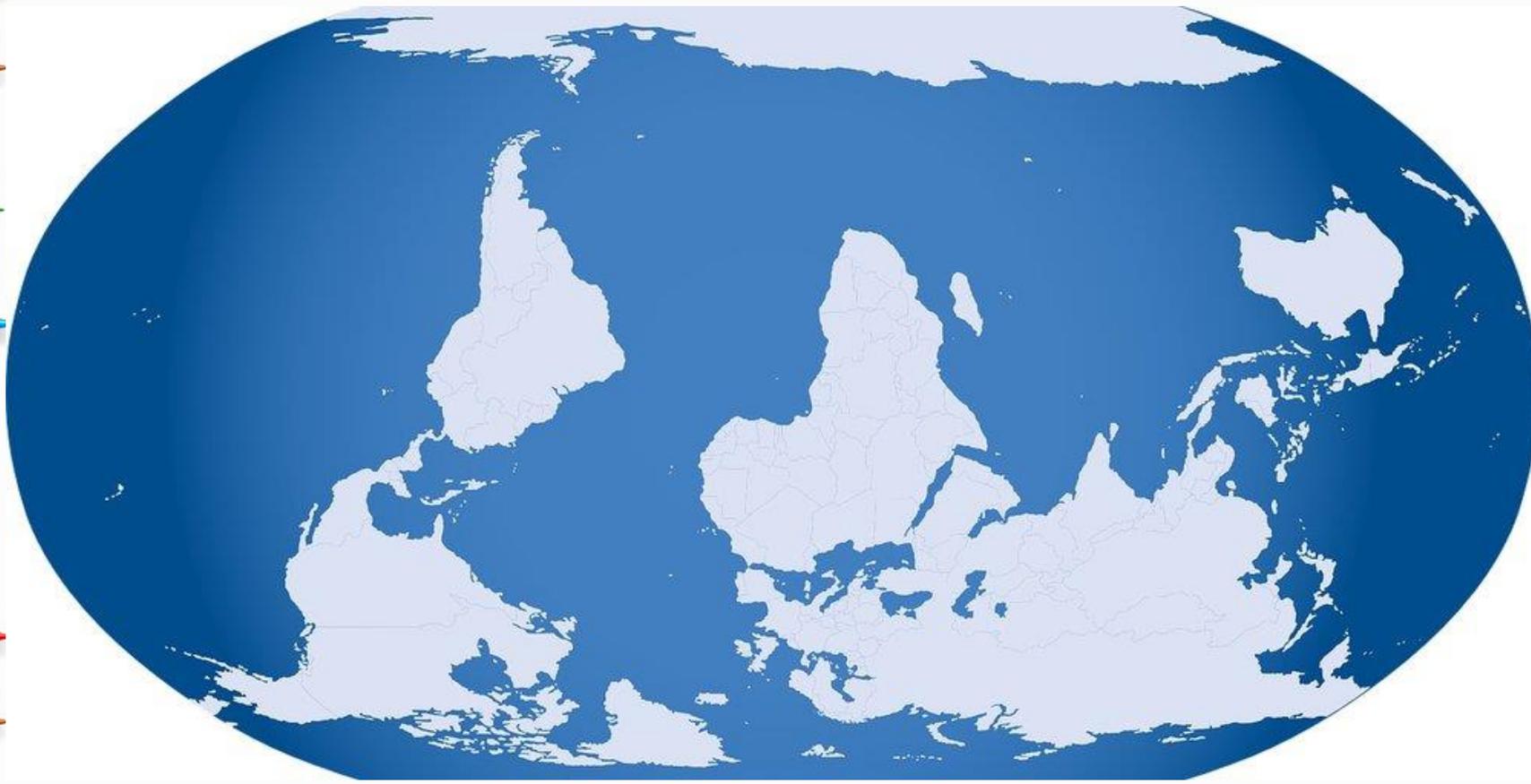
@apcyf; www.apcyf.org





Validar Nuestras Emociones

f.org



ASUNTO - QUE PASO?



@apcyf; www.apcyf.org





No guardan

platos

juguetes

ropa sucia

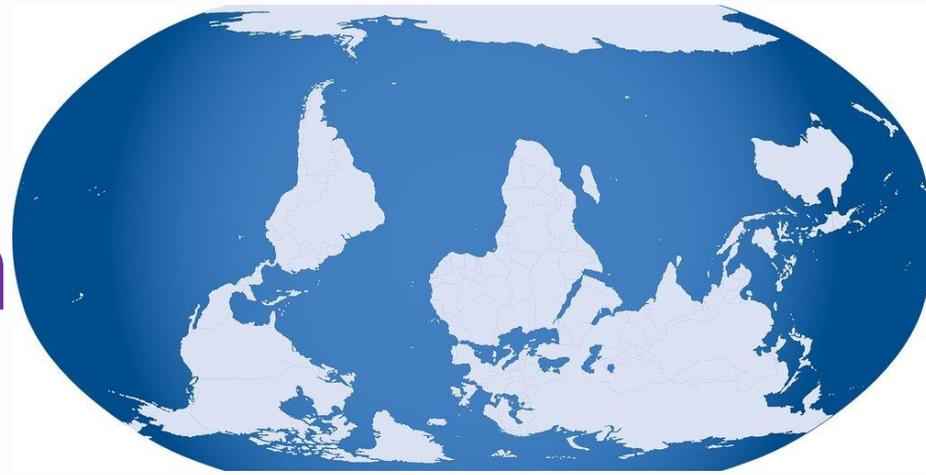
ropa limpia

zapatos

libros

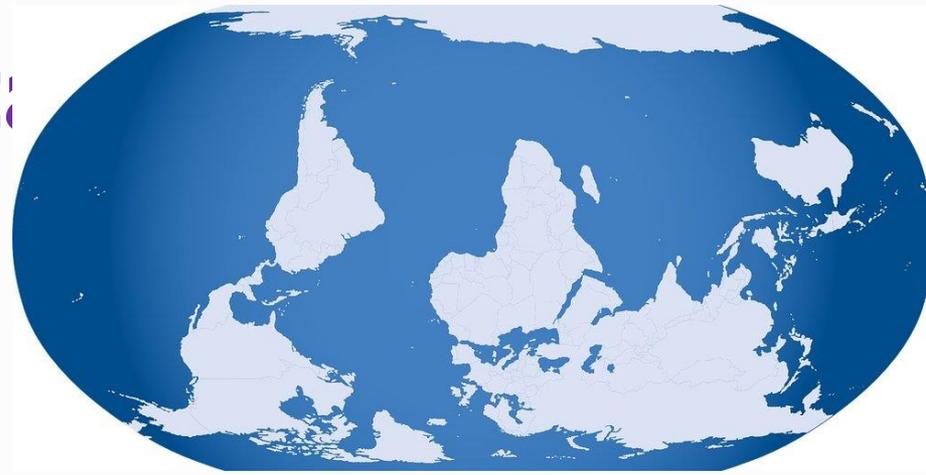
vasos  @apcyf; www.apcyf.org

juegos





**No se acuesta
a tiempo
Se 'pierdan'
durante los
estudios
demasiado
tiempo en
pantalla...**



@apcyf; www.apcyf.org



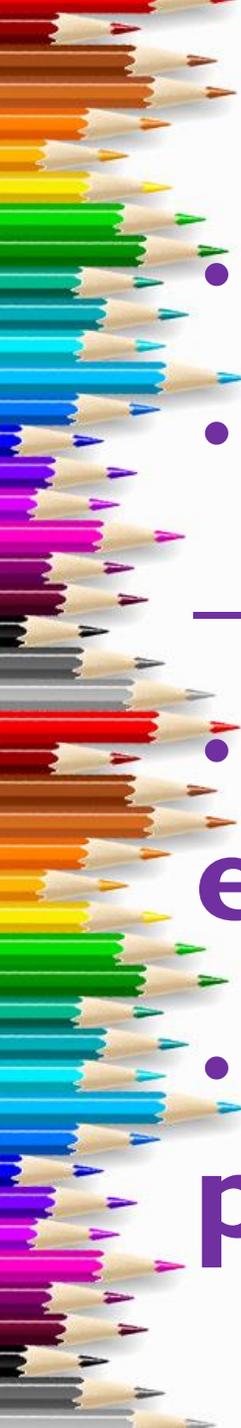
COMPORTAMIENTO Entonces...QUE QUIERE?

Yo quiero que...



@apcyf; www.apcyf.org





**...las cosas se guardan
...me puedo acostar a las
—
...los niños se quedan
enfocados en sus estudios
...esten menos tiempo en
pantalla...**



@apcyf; www.apcyf.org



**...las cosas se guardan
dentro de 10 minutos
despues del uso**



@apcyf; www.apcyf.org





**...los niños se quedan
enfocados en sus
estudios durante 15
minutos**



@apcyf; www.apcyf.org

- 
- esten al maximo 3 horas en pantalla
 - aparatos apagados a las 9p
 - aparatos guardados durante la cena



@apcyf; www.apcyf.org

Comportamiento

Instrucciones Claras y Firmes

1. Gane la Atención de su hijo/a
2. Use una Voz Amable y Firme
3. Sea Breve
4. Diga lo que quiere que haga
5. Deles tiempo para hacerlo



Comportamiento



@apcyf; www.apcyf.org

THE ARLINGTON
PARTNERSHIP
for Children, Youth & Families

Connect with Kids-
It only takes a minute.

www.apcyf.org

Comportamiento

- - Respirar!



@apcyf; www.apcyf.org

Comportamiento

- Cual es su meta?



@apcyf; www.apcyf.com



Comportamiento

- - Ignorar



@apcyf; www.apcyf.org

Comportamiento

- - Dar Opciones





La Proporción Mágica!



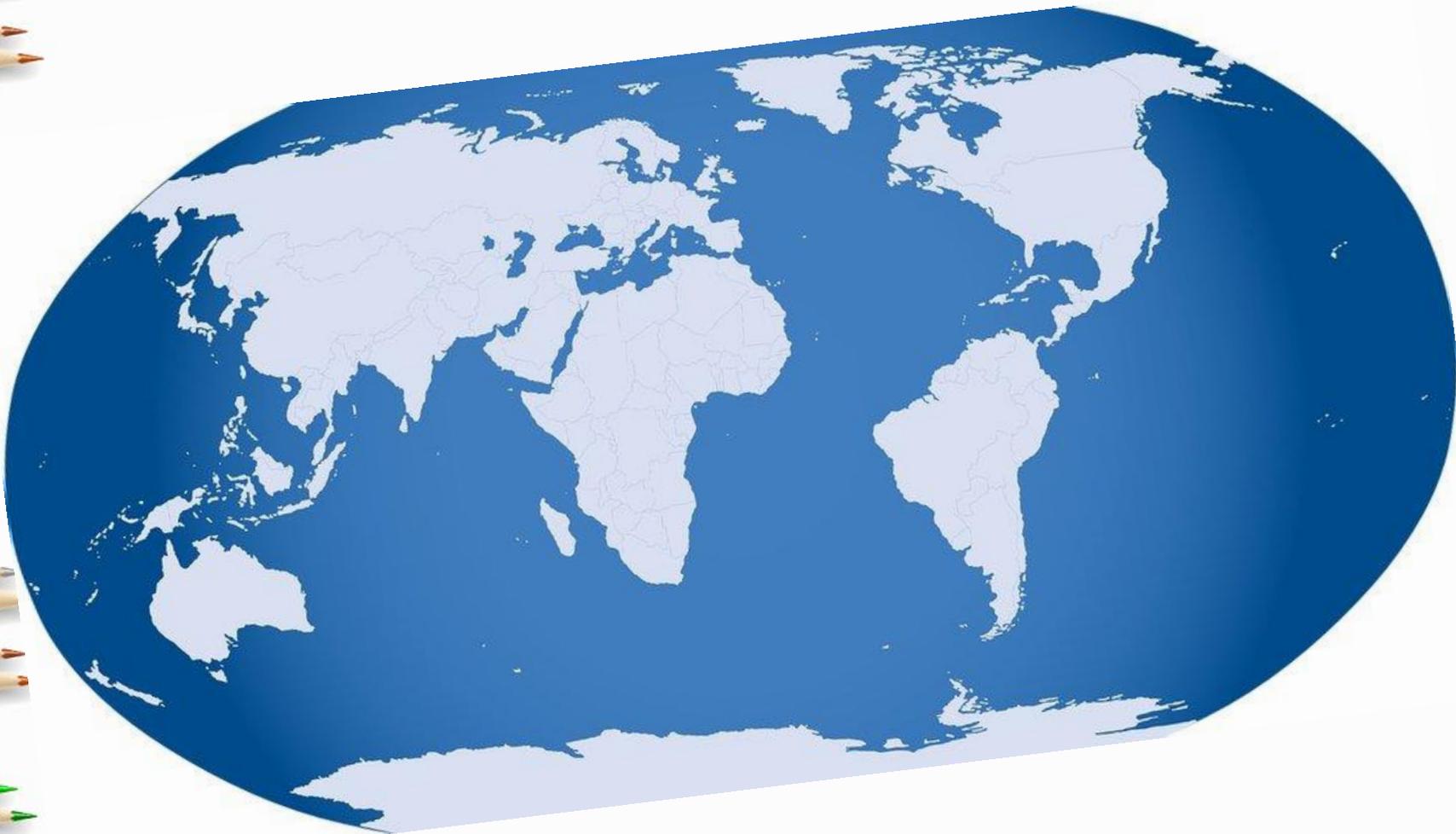


EAC Emociones Asunto Comportamiento (Dayle Malen, LCSW CCTP, M.Ed.)



@apcyf; www.apcyf.org





No sera perfecto, pero...



@apcyf; www.apcyf.org



Child and Family Services Division



fppt.com

Informacion de Contacto

Adult Outreach & Engagement

Michael Swisher

Tel: 703-228-1671

Email: mswish@arlingtonva.us