

Beneficios comprobados para las familias

Para su hijo:

- ★ Mejora del comportamiento y la regulación emocional
- ★ Mejores relaciones con sus compañeros
- ★ Mayor preparación escolar
- ★ Mejores calificaciones

Para usted como padre:

- ★ Fortalecimiento de las habilidades de crianza
- ★ Mayor confianza en su rol de padre
- ★ Mayor calidad en la relación madre-hijo
- ★ Disminución de los conflictos familiares
- ★ Reducción del estrés, la ansiedad y la depresión

Las mejoras familiares continuarán con el tiempo después de que complete el programa.

ALTO NIVEL DE INTERACCIÓN:

75%

de los padres utiliza activamente el programa

FÁCIL DE USAR:

Las madres informan que la aplicación es fácil de navegar.

DE LARGA DURACIÓN:

Las mejoras familiares continúan tras completar el programa.



Family Check-Up® es una marca registrada a nivel federal, propiedad de la Universidad de Oregón. Northwest Prevention Science Inc. es el licenciatario comercial exclusivo de estas marcas.



Una aplicación breve, basada en las fortalezas, para apoyar a padres de niños de 2 a 14 años

FORTALECE A TU FAMILIA EN CUALQUIER MOMENTO, Y EN CUALQUIER LUGAR

Resultados reales de padres reales

“El simple hecho de repasar los módulos me ha dado ganas de hacer algunos pequeños cambios en mis rutinas nocturnas. Ha sido muy fácil empezar.”

- TESTIMONIO REAL DE UNA MADRE

“Me encantan los mensajes de texto que recibo a través de la aplicación. Voy haciendo mi vida diaria y, de repente, recibo este recordatorio; realmente me ayuda a recordar detenerme y elogiar a mi hijo.”

-TESTIMONIO REAL DE UNA MADRE

Empiece Hoy

AGENCIA

CORREO ELECTRÓNICO

TELÉFONO

Aprende Más



thefamilycheckup.com

Apoyando el éxito de su familia

El Family Check-Up Online le ayuda a:

- ★ **Aprovecha lo que está haciendo bien** - Nos centramos en las fortalezas que su familia ya posee.
- ★ **Establecer metas para su familia** - Usted decide qué objetivos desea alcanzar y cómo lograrlos.
- ★ **Ampliar su repertorio de crianza** - Aprenda estrategias sencillas de crianza que se adapten a su vida cotidiana.
- ★ **Ver resultados reales** - Este modelo ha demostrado su eficacia con miles de familias a lo largo de más de 30 años de investigación.



Haz un seguimiento de tu progreso, revisa los resultados y accede a videos guiados y actividades directamente desde el panel de control.

Lo qué incluye la aplicación

- ★ **Retroalimentación basados en fortalezas**
Encuestas breves y retroalimentación personalizada que destacan las fortalezas de tu familia y las áreas en las que centrarse
- ★ **Estrategias de crianza**
Estrategias prácticas y cotidianas, basadas en investigaciones, para fomentar un comportamiento positivo en los niños y mejorar las interacciones familiares
- ★ **Temas**
Consejos útiles sobre cómo comunicarse con su hija, establecer rutinas saludables, ayudarle a seguir instrucciones, utilizar las pantallas como herramientas positivas y mucho más

Disponible en inglés y español

Cómo funciona

- 1. Realizar encuestas breves**
Responde a algunas preguntas en cada área temática para recibir retroalimentación personalizada
- 2. Explora estrategias prácticas**
Mira módulos cortos con videos y actividades que puedes completar a su propio ritmo
- 3. Practica nuevas estrategias**
Prueba técnicas sencillas con su hija durante los momentos cotidianos
- 4. Recibe apoyo opcional**
Recibe recordatorios motivadores por mensaje de texto y asesoramiento adicional, si está disponible

Diseñado para padres ocupados - úsalo durante esos escasos momentos libres, como cuando se espera en una fila, durante tus desplazamientos o en los ratos de tranquilidad en casa. Haz una pausa en cualquier momento y vuelve la aplicación más tarde, cuando tengas tiempo.