



## PACTO POR EL CAMBIO

Exploremos aquellas pautas de crianza y relación que no queremos repetir y pactemos alternativas basadas en el buen trato.


### Materiales:

- Hojas de papel, periódicos y revistas
- Esferos, lapiceros, lápices, colores, marcadores o crayolas

### Recomendaciones:

- Siempre que sea posible, es importante que en la actividad participe toda la familia.
- Si alguna persona de la familia requiere apoyo en la actividad, otro integrante puede brindárselo.

## PASO A PASO

- 1. REÚNANSE**  en familia en un espacio cómodo que les ayude a reflexionar sin juicios y con amabilidad.

- 2. EN CONJUNTO,** van a construir el pacto por el cambio.

- 3. CADA INTEGRANTE** de la familia (adultos, niños, niñas y adolescentes) tomará una hoja de papel y la dividirá en dos (2) partes: "Lo que quiero cambiar" y "A lo que me comprometo", como se muestra en el dibujo.



**Pacto por el cambio**

Lo que quiero cambiar.	A lo que me comprometo



- 4.** En la parte correspondiente a “Lo que quiero cambiar”, dibujarán o escribirán aquellos comportamientos que nos hacen daño o dañan a quienes queremos.
- 5.** En la parte “A lo que me comprometo”, dibujarán o escribirán aquello a lo que se comprometen para transformar las actitudes o comportamientos dañinos.
- 6.** Como compromiso para cumplir el Pacto por el cambio, en la parte derecha, cada uno firma las cosas que se propone hacer diferente, para lo cual pone su nombre, con su firma, huella o el símbolo que desee.



**Pacto por el cambio**

Lo que quiero cambiar.	A lo que me comprometo
<p>“Cuando grito y provocho miedo a mi familia”</p> <p>“Cuando golpeo a mis hijos”</p>	<p>“En vez de gritar, voy a manejar mi tono de voz”</p> <p>“En vez de castigar o golpear a mi hijo, voy a mostrarle con mi ejemplo lo que espero de él”</p>
<p>Firmado en nuestra casa el 5 de febrero de 2022</p>	

- 7.** Luego, compartan en familia sus reflexiones personales. Tengan en cuenta la importancia de comprometerse como familia para apoyar los cambios que cada integrante propone.



## **CONVERSANDO EN FAMILIA:**

Recuerden que estos cambios necesitan tiempo y mucha práctica, además, deben ser acordes a la edad, los intereses y habilidades de cada persona. Conversen juntos:

**¿Cómo nos sentimos con la actividad?**

**¿Qué nos ayudaría a sostener estos compromisos?**

**¿Cómo podemos ayudarnos para que cada uno pueda cumplir sus compromisos de cambio?**



**El futuro  
es de todos**

Gobierno  
de Colombia



**BIENESTAR  
FAMILIAR**

