

CRIANZA POSITIVA

POR UNA EDUCACIÓN RESPETUOSA, CONSCIENTE Y EFECTIVA



#CrianzaConRespeto #EducarConAmor



DIF

SISTEMA ESTATAL PARA EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA

Sentir y servir

SIPINNA

UNIDAD DEL SECRETARIADO EJECUTIVO DEL
SISTEMA ESTATAL DE PROTECCIÓN INTEGRAL
DE LOS DERECHOS DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

Introducción

El objetivo principal es **hacer conciencia** en nuestra sociedad sobre la importancia de **educar con afecto, desde las emociones y con respeto**.

Inculcar disciplina en las niñas, niños y adolescentes contribuye a su formación, además debemos entender la crianza como un **espacio positivo y afectivo**, que nos sensibiliza para tomar acciones que nos lleven a eliminar el castigo físico como una forma de educar.

Las personas adultas referentes en la vida de niñas, niños y adolescentes (madres, padres, tutores, formadores), tenemos el deber de guiarlos para que aprendan a manejar sus emociones y **resolver los conflictos con responsabilidad y respeto** a las normas.

Es común que los adultos utilicemos la violencia verbal o física como método de disciplina lo cual no es una decisión mediata, sino que es la consecuencia de desborde por situaciones personales junto a la **falta de conocimiento de métodos** para disciplinar que no utilicen la violencia.

Los **buenos tratos** pueden romper el círculo vicioso de la violencia que se perpetúa entre generaciones y crear una cultura general del buen trato en la sociedad. La paciencia y comprensión de personas en todos los ámbitos de la vida de niñas, niños y adolescentes, puede reparar muchos daños y devolver a los niños su capacidad de resiliencia y confianza en el mundo.



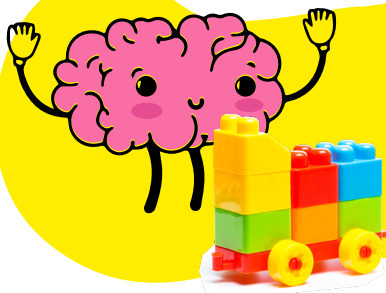
Justificación

En los últimos años se ha demostrado científicamente que para un desarrollo sano, físico y mental de las niñas y los niños, no solo basta una alimentación adecuada, sino que sean **criados y educados con aceptación**, en un **ambiente afectivo y respetuoso** que los estimule.

Las investigaciones recogen que la exposición al trauma extremo y al estrés tóxico durante los primeros años de vida producen efectos muy serios en la organización del cerebro.

El **estrés tóxico** se produce cuando los niños están expuestos a situaciones adversas serias, prolongadas y/o frecuentes, tales como la violencia física, emocional o sexual y/o están sometidos a una negligencia crónica sin ayuda ni apoyo adecuado de los adultos. Esto puede obstaculizar el desarrollo del cerebro, aumentando el riesgo de retraso en el crecimiento, así como de problemas de salud relacionados con el estrés, tales como enfermedades del corazón, abuso de sustancias y depresión en el futuro.

La exposición a la violencia también puede originar un **trastorno de apego** a sus cuidadores, así como síntomas regresivos, por ejemplo, mojar la cama, retraso en el habla y una ansiedad adicional al separarse de los padres, lo cual a su vez puede afectar a la habilidad de los niños para aprender y relacionarse con otros adultos y con otros niños.



El desarrollo del cerebro es mucho más vulnerable a la influencia del ambiente de lo que se sospechaba y dicha influencia es perdurable.

El ambiente afecta no solo el número de neuronas y el número de conexiones entre las mismas, sino también la forma en que estas se afirman o conectan.

Es por ello que debemos dar primordial atención a lo que niñas y niños adquieren de su entorno familiar, educativo y social, sobre todo en los primeros años de vida para garantizar un adecuado desarrollo físico y emocional. Además, es importante que las personas adultas referentes en su vida adquieran y dispongan de habilidades prácticas para cuidar, proteger y educar a niñas, niños y adolescentes asegurándoles un desarrollo sano.

Ahora bien, la **crianza positiva o crianza sin violencia** forma parte de un conjunto mayor de prácticas que buscan el desarrollo pleno de la niñez, en un ambiente familiar de goce y protección de sus derechos primordiales. En ésta, es esencial el aprendizaje con calidez para ofrecer seguridad emocional priorizando el amor incondicional, afecto verbal y físico, respeto por el nivel de desarrollo del niño o niña, sensibilidad a sus necesidades y empatía con sus sentimientos **sin que ello signifique permisividad, ausencia de reglas y límites.**

Es importante en este estilo de crianza **ser claros** en los lineamientos para el comportamiento, expresar las expectativas y el apoyo para ayudar al niño o niña a tener éxito. Se motiva la **negociación del pensamiento independiente**. La estructura ayuda a que el niño o niña aprenda lo que es importante, comprenda los errores propios y sepa qué hacer para remediarlos.



PAUTAS PARA LA CRIANZA POSITIVA:

Cuando los niños y niñas ven a sus mayores tratándose con respeto, aprenden naturalmente a hacer lo mismo. También necesitan ser tratados ellos mismos con respeto para crecer sabiéndose valiosos y conociendo sus derechos. Respirar un ambiente de armonía, cariño y respeto les permitirá desarrollarse plenamente, esto no quiere decir que no existan conflictos a su alrededor, sino que se debe buscar la mejor manera de enfrentarlos sin tener que contaminar el ambiente, ya que es posible arreglar los desacuerdos sin faltarse al respeto o agredirse.

**Bla Bla
Bla Bla**

No es comunicación cuando
solo habla la persona adulta



Comunicación

- Primero debemos entender que **comunicarse no es sólo hablar**, sino compartir ideas, experiencias y sentimientos.
- Niñas y niños necesitan de **nuestro tiempo y voluntad**, una buena comunicación no se construye con prisa.
- Por medio del diálogo abierto logramos que niños y niñas crezcan en riqueza interior y que construyan su **propio sistema de creencias e ideas**.
- Si establecemos una comunicación franca, honesta y sin miedo, generamos un lazo que nos une para siempre. Niñas y niños necesitan de esta relación para desarrollar su fortaleza emocional.
- El **diálogo refuerza los vínculos** entre la niña o el niño con las personas adultas, fomentando el desarrollo de la empatía.

Atención

- **Atiende y entiende** sus demandas.
- El bienestar emocional y el correcto desarrollo del sistema nervioso del niño o niña, así como sus capacidades (lenguaje, memoria, atención) **depende de la respuesta protectora de la persona adulta**.
- Si las necesidades de un bebé no son atendidas rápidamente, experimenta ansiedad, tristeza y frustración, **sentimientos de indefensión** que afectan negativamente a su desarrollo.
- **Conforme va creciendo**, también necesita tu atención y que entiendas sus necesidades.



Paciencia

- El camino de educar implica paciencia y amor. El **cansancio nos desespera**, por ello, en ocasiones acudimos al castigo físico.
- Cuando el niño o la niña tenga una rabieta, no quiera colaborar o se muestre esquivo, ármate de paciencia. Puede ser por un sinfín de motivos (miedo, sueño, frustración, inseguridad, querer conseguir algo que no le permites)
- **Ayúdale a verbalizar lo que siente** y trata de confortarle. Añadir más tensión a la situación con gritos o amenazas no servirá de nada.
- No pongas normas, sanciones o intervengas en un conflicto si sientes cansancio o estas furiosa o furioso. Puedes tomar decisiones erróneas o poco efectivas.
- No pongas **sanciones poco realistas que no podrán cumplirse**, desproporcionadas o demasiado difíciles de alcanzar o mantener.
- **Busca espacios para ti**, para disfrutar y relajarte con algo que te guste. Ejercer una parentalidad positiva requiere mucho esfuerzo y generosidad. **Tu hijo o hija necesita que seas feliz y estés en forma.**



Disciplina

- Son **reglas de comportamiento** que nos permiten convivir con otras personas. La sociedad en general marca ciertas reglas que debemos cumplir y si las personas adultas no respetan dichas reglas se les aplican **sanciones, no castigos**.
- Enseñarles a niñas y niños a ajustarse a las reglas les ayudará a adaptarse y adquirir seguridad.
- Cuando se disciplina hay que tener en cuenta la conducta que se quiere corregir y no maltratar a la persona, es decir, **se ataca a la conducta no a la persona**.



Límites

- Establecer límites es una tarea difícil pero fundamental y necesaria para que las niñas y niños aprenden a pensar y a **distinguir** entre lo que está bien y lo que está mal; a tomar decisiones, y a **responsabilizarse** de los resultados.
- Ayudan a controlar impulsos, postergar recompensas y respetar los derechos de los demás.



¿Cómo poner límites?

Debemos entender que poner límites no es pasársela regañando, más bien, es ordenar la vida cotidiana de tal manera que no haya que discutir lo mismo todos los días.

Se debe tener en cuenta que:

- Cada niña o niño es distinta o distinto.
- Sus inquietudes y necesidades son diferentes de acuerdo a su etapa de desarrollo, debemos informarnos para **conocerlas y prepararse para enfrentarlas**.
- Desde etapas muy tempranas debe tener claro que hay límites, deberes y responsabilidades.
- Se deben establecer **sin amenazas**, hablando e implicando al niño o la niña y previamente a que surjan los conflictos, no en mitad de una discusión.
- No deben ser percibidos como imposiciones o castigos, sino como **acuerdos** necesarios para la convivencia.
- La persona adulta debe **ser ejemplo**. Lo que se hace es más importante de lo que se dice. El respeto a la autoridad se genera cuando la persona adulta le demuestra al niño o niña, que se es constante con sus actos y decisiones.
- Debe haber **acuerdo entre todas las personas adultas al cuidado del niño o niña** sobre las reglas que queremos que respeten. Es muy probable que ellas no se incorporen de manera automática al primer intento, pero es importante ser persistentes; eso puede significar tener que repetir un no o un sí muchas veces, sin perder la calma ni enojarse.
- La mejor manera de poner límites es **enseñar sobre todo lo que está bien**, más que evitar que hagan lo que está mal. Es muy recomendable **festejar los aciertos** y el acatamiento de las reglas.



¿Cómo enseñarle a niños y niñas a respetar las reglas?

- Las reglas deben ser **claras, breves** y lo más **concretas** posible, además se deben pensar previamente antes de comunicarla a la niña o el niño.
- Es importante que al transmitir las reglas se haga junto con la sanción que acarrea la falta, y asegurarse de que la niña o el niño haya **escuchado y entendido** el mensaje.
- Debes transmitir seguridad, firmeza y tranquilidad. Es importante **mantener contacto visual** con la niña o el niño y hablar con **voz firme y tranquila**.
- El transgredir una regla tiene una consecuencia, es ideal que el niño o la niña la sepan antes y así poder **optar** por la opción que no le perjudique.
- Cuando la transgresión no tiene un efecto directo sobre el niño o le es indiferente, es necesario que le impongas una sanción.
- La sanción debe aplicarse inmediatamente después de ocurrida la transgresión de la regla; debe ser aplicada con seguridad y convencimiento, **sin desbordes emocionales** y acorde a la edad del niño o la niña.
- Nunca se deben utilizar actitudes agresivas como insultos, amenazas o reproches. **Evita siempre las comparaciones** con otros niños o niñas. Las **imposiciones de poder** como “aquí mando yo”, no funcionan, sólo generan sentimientos negativos, distancia y desconfianza.



Participación

- Permitir que el niño o la niña **participe en el establecimiento de normas** de convivencia familiar y también en las posibles sanciones los hará sentir que su opinión importa y desarrollará sentido de responsabilidad.
- De esta manera el niño o la niña sabrá qué se espera de él o ella y cuál es su papel en la familia.
- Se debe escuchar activamente, para ello es importante prestar atención a lo que él o ella quiere decir y devolver esta información para asegurarnos de que se le ha entendido. Hay que tratar de **ponernos en su lugar** y expresar de igual manera nuestros sentimientos para crear empatía.

Afecto

- **Cuidar el vínculo afectivo** desde que nacen y durante las distintas etapas de la vida de niñas y niños ayudará a superar más fácilmente los conflictos cuando surjan.
- Se debe expresar siempre el cariño **con palabras y gestos**.
- Es importante **dedicar tiempo a escucharlos** desde temprana edad, saber ¿Qué le preocupa? ¿Qué le hace feliz? ¿Cuáles son sus miedos? No se debe esperar a que crezcan, pues podría ser muy tarde para establecer un **vínculo de confianza**.
- Debemos ofrecer **amor incondicional y apoyo** siempre, estemos o no de acuerdo en la forma en cómo piensan o decidan, o bien, en sus formas de ser.
- Debemos demostrarles que se les quiere con abrazos y atención.



Adaptarse a los cambios

- En la **etapa adolescente** las necesidades e intereses cambian. Es primordial acompañarlos en su nueva etapa ofreciéndoles lo mismo que en las anteriores: afecto, diálogo y normas de convivencia.
- Debemos ofrecer información y **conversar de todos los temas** que puedan interesarle o preocuparle, al igual de los que te interesan a ti como adulto.





Referencias:

UNICEF. Herramientas para la crianza. Tomado de:

<https://unicef.org.mx/storage/app/media/Guia-crianza-MX-Sep14.pdf>

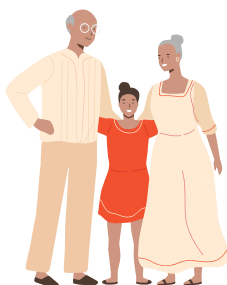
Save the Children. Análisis de Políticas Públicas y Programas Gubernamentales para la Disciplina sin Violencia en América Latina. Tomado de:

https://resourcecentre.savethechildren.net/node/9452/pdf/analisis_politicas_publicas-baja_resolucion.pdf

Save the Children. 10 principios sobre Parentalidad Positiva y Buen Trato.

Tomado de:

https://crianzarespetuosa.paniamordigital.org/sites/default/files/fomento_de_la_crianza_respetuosa/diez_principios_sobre_parentalidad_positiva_y_buen_trato.pdf



#CrianzaConRespeto #EducarConAmor



DIF
SISTEMA ESTATAL PARA EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA
Sentir y servir

SIPINNA

UNIDAD DEL SECRETARIADO EJECUTIVO DEL
SISTEMA ESTATAL DE PROTECCIÓN INTEGRAL
DE LOS DERECHOS DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES