

BUENOS TRATOS PARA LA CONVIVENCIA



**GUIA PARA MAMÁS Y PAPÁS DURANTE LA
PERMANENCIA EN CASA**



CRIANZA RESPETUOSA

Tanto niñxs como jóvenes son **SUJETOS DE DERECHO** y merecen ser tratadx con

RESPECTO

+

EMPATÍA

+

AMOR

La crianza respetuosa y los buenos tratos fomentan el desarrollo integral saludable de niñxs y jóvenes, a través del sostén y cuidados de adultos responsables, competentes y amorosos





Cuando educamos y cuidamos con amor, respeto y empatía, generamos un vínculo seguro con nuestrxs hijxs, lo que conlleva:



Más seguridad y estabilidad emocional

Desarrollo de empatía

Relaciones sanas en el futuro

Resolución eficaz de conflictos

Libertad de expresión

Participación social activa

Respeto por lxs demás

Autoconcepto positivo y fortalecimiento de autoestima

Desarrollo de autonomía relativa



[CONVIVENCIA RESPETUOSA]



¡Cuando criamos, educamos y cuidamos de forma respetuosa, empática y amorosa, las dinámicas familiares también se ven beneficiadas!

Seguridad emocional

Confianza

Buenos tratos

Cuidado mutuo

Relaciones horizontales

Respeto a lxs demás

Respeto a las normas de convivencia

Familia como refugio seguro



Sobreprotección

Genera mayor dependencia en el vínculo, inseguridad, temor y sensación de ineficacia en lxs niñxs. Restringe su exploración, reflexión, participación y aprendizaje. Interfiere en desarrollo de autoestima y confianza en sí mismxs.



BUENOS TRATOS

Equilibrio



Autoritarismo

Genera temor e inseguridad en lxs niñxs. Restringe su exploración, reflexión, participación y aprendizaje. Interfiere en el desarrollo de su autonomía, confianza y autoestima.

¿DE QUÉ MANERA PODEMOS FOMENTAR LA CRIANZA Y CONVIVENCIA RESPETUOSAS?



¡RECUERDA! LA BASE ES EL TRATO DEMOCRÁTICO Y AMOROSO, CONSIDERANDO LOS DERECHOS Y NECESIDADES DE TODXS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA.



ATENCIÓN POSITIVA

Esto significa focalizar nuestra atención en el comportamiento positivo de lxs integrantes del grupo familiar.

Somos figuras significativas para nuestrxs hijxs, por lo que nuestras palabras y gestos son muy importantes para ellxs.

- ➔ Permite que lxs demás identifiquen las expectativas del grupo familiar (qué es lo que se espera de ellxs y sus conductas).
- ➔ Favorece la repetición y reaparición de estas conductas esperadas.
- ➔ Favorece el desarrollo de un autoconcepto positivo y fortalece el autoestima.



REFORZADOR SOCIAL POSITIVO

Son demostraciones físicas y verbales de aprobación hacia alguna conducta, favoreciendo su repetición.
Podemos abrazar, felicitar, reír, aplaudir, etc.



EXPLICACIÓN

Dar a conocer o comprender a niños y jóvenes las situaciones que enfrentamos a diario. Hacer conocer las razones o causas de las mismas.



- ➔ Permite que puedan otorgarle un significado y entender la importancia de lo que ocurre.
- ➔ Ayuda a comprender el por qué de un hecho, indicación o solicitud.
- ➔ Fomenta la participación activa en la ejecución y/o resolución de la misma.
- ➔ Permite conocer la realidad de su entorno, considerar las necesidades de los otros y desarrollar autonomía para enfrentar situaciones futuras.

Todxs tenemos derecho y merecemos tener conocimiento de lo que ocurre en nuestro entorno

ANTICIPACIÓN

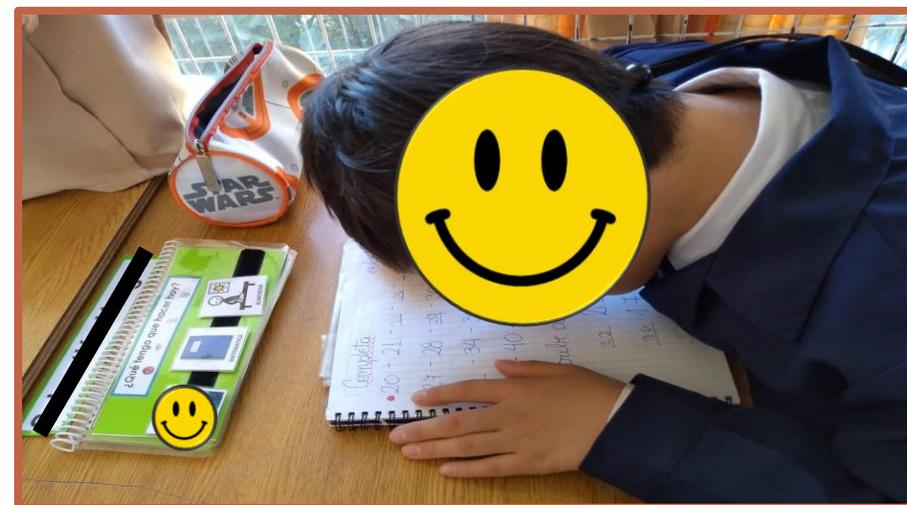
Esto implica avisar y explicar “qué, cómo y cuándo”, previo a un hecho o situación que ocurrirá en el futuro (cercano o lejano).

- ➔ Permite tener conocimiento pleno de situaciones que ocurrirán.
- ➔ Da tiempo para poder entender lo que ocurrirá.
- ➔ Permite prepararse y organizarse mental, emocional y físicamente para ese momento.
- ➔ Evita generar estrés y ansiedad.

* { Se sugiere revisar material “Organización de los espacios de trabajo” }



Ejemplo de anticipación de rutina escolar, permitiendo trabajo en aula efectivo y tranquilo.





ANTICIPACIÓN

¿Cuándo usamos la anticipación con nuestroxs hijxs?

¡Dependerá de cuánto lo necesite cada unx, pero es una estrategia muy efectiva!

Cualquier indicación realizada con anticipación permitirá que ellxs se organicen y preparen para ese momento (ordenar juguetes, asistir a control médico, hacer tareas, cambio de rutinas, etc).

Acompañarla de elementos concretos que ayuden a recordar la indicación, lo hará más efectivo.



Es importante respetar los ritmos y necesidades de todxs:

La anticipación puede ser en una o varias ocasiones; o puede ser minutos, horas, días o, incluso, semanas antes del hecho o situación.

Todo depende de cada persona y sus necesidades.



Ejemplo de anticipación en rutina de almuerzo, ayudando a organizar conductas esperadas.

* [Se sugiere revisar material "Organización de los espacios de trabajo"]



LÍMITES CLAROS

Establecer límites significa generar pautas que guíen el comportamiento de nuestrxs hijxs.



- ➔ Permite dar organización y estructurar el mundo interno y externo de nuestrxs hijxs.
- ➔ Ayuda a que organicen su comportamiento, conozcan sus posibilidades de exploración y cuiden el entorno mientras lo hacen.
- ➔ Favorece el reconocimiento de lo que se espera de ellxs en los diferentes contextos.
- ➔ Fomenta el desarrollo de su autonomía.
- ➔ Favorece las relaciones afectivas sanas, de cuidado y respeto mutuo.



¿Es compatible con la crianza respetuosa?

¡Por supuesto que sí!

Establecer límites claros es una forma de cuidar a nuestrxs hijxs, educarlxs en el respeto hacia sí mismxs y los demás.

Es enseñarles a cuidar su entorno y reconocer que sus acciones tienen consecuencias que impactan en el mismo.



♥ LÍMITES CLAROS

¿Cómo establecer límites de forma respetuosa?




Ten siempre un trato amoroso

Cuando actuamos con amabilidad, lxs niñxs se sienten segurxs y pondrán atención a lo que decimos.

Los gritos y golpes solo generan temor y reprimen la acción por miedo. Es más, estas son consideradas formas de maltrato.


Dialoga con ellxs

Guía hacia la reflexión sobre las consecuencias de sus acciones y ayúdalo a encontrar alternativas.

Explícales porqué es importante respetar las normas y límites.


¡Da el ejemplo!

Los actos enseñan más que las palabras.

La imitación es una de las formas que tienen lxs niñxs para aprender hábitos y comportamientos.

Tus hijxs aprenderán de ti y serán el reflejo de tu comportamiento.

♥ LÍMITES CLAROS



¿Cómo establecer límites de forma respetuosa?



Favorece relaciones horizontales

Los adultos tenemos la misión de ser líderes democráticos para nuestrxs niñxs.

Consideremos su opinión, escuchemos lo que piensan, sienten y necesitan.



Ten paciencia y constancia

Tus hijxs están aprendiendo contigo.

No es fácil interiorizar las normas y límites, empatiza y respeta sus tiempos.

Sé constante y explícales las veces que sea necesario.

¡La forma en que lo decimos también es importante!

Evita usar el “no”, enfócate en la conducta esperada y muéstrales soluciones. Ejemplo: En vez de “¡No uses la pelota dentro de la casa!”, diles “Usemos la pelota afuera, es peligroso acá, podemos dañar algo o lastimarnos, mientras podemos jugar con tus muñequitos”



NEGOCIACIÓN Y ACUERDOS

Un trato respetuoso implica escuchar y validar las opiniones de todxs los integrantes del grupo familiar. La toma de decisiones debe ser conjunta y consensuada, asumiendo como adultos un rol protector y de líderes democráticxs en el proceso.

- ➔ Favorece la participación activa de toda la familia en acuerdos y establecimiento de normas y límites.
- ➔ Permite que todxs asuman responsabilidad y compromiso en los acuerdos.
- ➔ El diálogo y la escucha activa permite que los niñxs se sientan importantes y consideradxs por el grupo familiar.





NEGOCIACIÓN Y ACUERDOS



¡Cumple los acuerdos!

Hagamos acuerdos y promesas que estemos seguros de poder cumplir.

Cuando no cumplimos, generamos gran frustración, ansiedad e inseguridad en los demás y perdemos su confianza.

Respetemos las decisiones tomadas en conjunto.

“¡Pero yo sé lo que es mejor para ellxs!”

Probablemente sí lo sepas, y podrás explicárselos al momento de tomar decisiones.

Lo importante es considerar sus emociones y creencias en torno a las mismas.

Ellxs tienen derecho a opinar sobre las normas de convivencia en casa y ser considerados en ellas.



Actúen como bloque

Los adultos debemos mantener acuerdos entre nosotrxs también y cumplirlos.

Las inconsistencias entre adultos, genera confusión y frustración, pues el/ la niñx no sabrá cómo actuar en determinadas ocasiones.

♥ REPARACIÓN

Cuando cometemos un error, es fundamental **sanar el daño** que podamos haber provocado en los demás y en el entorno.

- ➔ Genera bienestar y seguridad en lxs niñxs, al ser un signo de fortaleza y valentía.
- ➔ Disminuye la culpa y el malestar excesivo por cometer un error.
- ➔ Fomenta la aceptación de sí mismxs, entendiendo el error como oportunidad de aprendizaje y reparación.
- ➔ Favorece el desarrollo de estrategias de resolución de conflictos.
- ➔ Enseñaremos a lxs niñxs que los adultos también somos responsables de nuestras acciones y las consecuencias de estas.





REPARACIÓN



Reconoce tu error

Primero, debemos ser conscientes de nuestros errores, esto permitirá tomar acciones de reparación.

Reconocer nuestros errores frente a nuestros hijos, les mostrará que como padres también estamos aprendiendo y sobre todo, que nos interesa su bienestar y tranquilidad.



Pide disculpas

Cuando lo hacemos, demostramos interés y preocupación por el daño que podríamos haber causado.

Enseñamos que nuestras acciones tienen consecuencias en el entorno y tenemos la responsabilidad afectiva de sanarlo/ repararlo.

Todxs podemos equivocarnos y ¡está bien!

De los errores surge la reflexión y de ella, el aprendizaje.

Enseñémosle a nuestros niños con el ejemplo.

Serán personas empáticas y podrán construir vínculos sanos con otros.



¡RECUERDA!

La crianza es un proceso de aprendizaje continuo.

No te sobreexijas, proponte metas reales y busca apoyo en tus redes.

Confía en ti y en todo el amor que tienes para entregarles.

Esa será la mejor guía.

SI NECESITAS APOYO PROFESIONAL, PUEDES ESCRIBIRNOS A NUESTRO CORREO:

APOYOPIELOURDES@GMAIL.COM

¡ESTAREMOS FELICES DE ACOMPAÑARTE!



CON CARIÑO,

RODRIGO, LORETO Y MARIELA