

Taller Para Padres

Crianza Respetuosa

Pautas de crianza

- <https://www.youtube.com/watch?v=DGB5HWvStM8>



Estilo De Crianza Autoritario



Estilo De Crianza Permisivo



Estilo De Crianza Sobreprotector



Estilo De Crianza Negligente



Estilo De Crianza Democrático



Estilo de crianza basado en la Parentalidad Positiva

Este último estilo de crianza está basada en el respeto a las necesidades de los niños/as y en la puesta en marcha de acciones que favorezcan su desarrollo, como pueden ser el fortalecimiento del apego, la interacción a través del juego, la comunicación sin exposición al conflicto..., teniendo en cuenta el entorno de cada familia y las habilidades de los padres y/o madres



¿Cómo aplicar límites a los niños/as?

*Guarda
distancias
Opciones*

Explica el porqué

Sugiere una alternativa

Firmeza

Firmeza en el cumplimiento

Objetividad

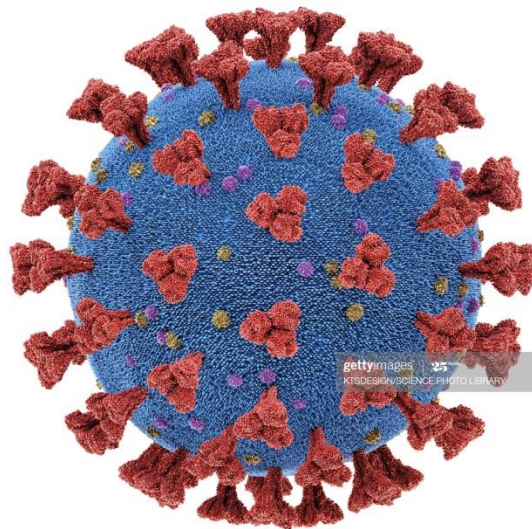
Controla las emociones


Desaprueba la conducta, no al niño

Acentúa lo positivo




¿Cómo hacerlo en Pandemia?!



- 
- Cambios en todo el estilo de vida, agregando también miedos, preocupaciones e incertidumbre.
 - Los niños, se dieron cuenta y notaron el cambio; Pero ¿entienden que pasa? ¿Por qué pasa?


REACCIONES ESPERABLES EN LOS NIÑOS


- Problemas en el sueño (despertar mas seguido, dormir menos, tener pesadillas, terrores nocturnos, negarse a dormir solos).
- Aumento o disminución en los deseos de comer.
- Mayor irritabilidad (Aumento del llanto, hacer rabieta sin motivo).
- Demandar más tiempo de los adultos que los cuidan.
- Presentar conductas regresivas (orinarse sin avisar, hablar como bebes, chupar chupete, tomar leche en mamadera, entre otras)

- 
- Tener síntomas de mareo, dolor de cabeza y hasta dolor de estómago (de todos modos es importante consultar con el personal de salud idóneo si los síntomas persisten en el tiempo).
 - No logran concentrarse.
 - Realizan juegos o dibujos repetitivos.
 - Repiten sonidos.
 - Falta de deseos de estar y compartir con otros niños.

¿Qué puedo hacer?

- Explicarle al niño lo que pasa con palabras simples (dándole espacio para que plantee su dudas y miedos)
- Contenerlo (abrazarlo, ponerse a su altura física, ser empático)
- Manejar amorosamente sus llantos y/o rabietas (conservar la calma, hablarle amorosamente, no retarlo), es normal sentirse enojado, apenado.....
- Ayudarle a «traducir» sus sentimientos (ayudarlos a entender lo que sienten y darle nombre a sus emociones)
- Darse espacios para compartir con los niños (dedicarle un tiempo exclusivo para compartir con ellos)

- 
- Construir normas de convivencia en familia (tomar acuerdos, delegando responsabilidades y tareas, delegando algunas tareas del hogar simples en el caso de los más pequeños)
 - Fomentar el juego y las actividades que les parezcan interesantes (tratar de que los niños expresen emociones y además pasen un buen rato)
 - Establecer rutinas diarias en el hogar (colabora en la seguridad que puedan sentir, regular los horarios de sueño, comida)

- 
- Es importante que el adulto responsable utilice sus espacios de autocuidado y haga cosas que le gusten. Intentando descansar, cuidar sus horas de sueño y su alimentación. (haga ejercicio y manténgase en contacto con sus seres queridos)

¿Cómo puedes ayudarte?

- Confianza en sí mismo.
- Tú puedes adaptarte a diferentes situaciones.
- No es necesario hacer «todo» juntos, pero cuando lo hagan, intenta que también sea entretenido para ti.
- Puedes ser flexible (las diversas situaciones pueden hacer variar las formas de actuar).



- Clarificar a los niños las reglas que se pueden romper y las que no.
- Todos pueden colaborar (entregando tareas de acuerdo a su etapa de crecimiento y edad).
- No planifiques a largo plazo.
- Puedes improvisar (si el tiempo te lo permite, puedes hacer cosas que antes eran imposibles).



- No busques ser perfecto (busca metas posibles de cumplir)
- Puedes sentirte sobrepasado (respira y recuerda que lo estas haciendo lo mejor posible).
- Si la necesitas, pide ayuda (a alguien de tu familia o a un profesional en caso que lo requieras).



**MUCHAS GRACIAS
POR SU ATENCIÓN**

