

Padres Juntos

Técnicas de Crianza Positiva



Crianza positiva: ¿es sólo una palabra de zumbido más o un "tema caliente?" La primera vez que escuché esa frase, me pregunté qué significaba exactamente. Resulta que no estoy sola reguntándome qué implica la crianza positiva. La mayoría de nosotros pensamos que es simplemente ser padres quienes no usan disciplina física. Pero la crianza positiva va más allá de eso.

La crianza positiva se centra en desarrollar una relación solidaria y de confianza entre padres y hijos basada en la comunicación y el respeto mutuo. La crianza positiva se centra en enseñar a los niños no sólo qué hacer, sino también por qué, al mismo tiempo que se valora a un niño por lo que son.

¿Cómo puede usar habilidades de "crianza positiva" en la vida cotidiana? Comience por tener en cuenta su objetivo. Su objetivo podría parecerse al mío: ayudar a los niños a desarrollar las herramientas que necesitan para llegar a ser adultos sanos, reflexivos y auténticos. La crianza positiva comienza con padres/cuidadores quienes sirven como ejemplos para sus hijos. La crianza positiva significa compartir sus pensamientos y creencias con sus hijos. Una vez que decida practicar la crianza positiva, hay cuatro cosas que puede hacer para fomentar sus esfuerzos:

1. Sé consistente.
2. Crea un ambiente nutritivo.
3. Aprende sobre el desarrollo infantil.
4. Recuerde que su meta final como padre es criar a sus hijos en adultos quienes funcionen independientemente.

Tres Componentes de Crianza Positiva

1. Las reglas y las consecuencias se establecen, se habla a menudo y se siguen.
2. Los padres se centran en ayudar a los niños y a las niñas a interiorizar la disciplina, en lugar de obedecer órdenes basadas en el miedo al castigo para que los niños aprendan la razón por la que elegir una acción sobre otra.
3. Los padres usan la "escucha activa" para entender los pensamientos de los niños. Esto permite a los padres a corregir malentendidos o enlaces erróneos de la lógica.

Crianza Positiva: Nacimiento a 5 Años

Como padre, les da a sus hijos un buen comienzo en la vida: los/las nutre, los/las protege y los/las guía. La crianza es un proceso que prepara a su hijo para la independencia y las técnicas positivas de crianza cambiarán y evolucionarán junto con su hijo a medida que crezcan y se desarrollen.

La Infancia (0-1 año)

En el primer año, los bebés aprenden a enfocar su visión, tender la mano, explorar y aprender acerca de las cosas que están a su alrededor. También aprenden el proceso de memoria, lenguaje, pensamiento y razonamiento. Durante esta etapa, los bebés están desarrollando lazos de amor y confianza con sus padres y otros como parte del desarrollo social y emocional. La forma en que los padres responden a su bebé a través de abrazos, atención y juego sienta las bases para sus relaciones con los demás.

Técnicas de Crianza Positiva

- Hable y responda a los sonidos de su bebé repitiendo sus sonidos y agregando palabras.
- Lea a su bebé. No sólo una gran oportunidad de unión, esto le ayudará a desarrollar y entender el lenguaje y los sonidos.
- Canta y toca música. Esto ayudará a su bebé a desarrollar un amor por la música a medida que su cerebro desarrolla conexiones.
- Elogie a su bebé y déle mucha atención amorosa.
- Pasa tiempo abrazando y sosteniendo a su bebé. Esto le ayudará a sentirse atendido y seguro.

Niños Pequeños (1-3 años)

Los niños pequeños pueden moverse más y son más conscientes de sí mismos y de su entorno. Su deseo de explorar nuevos objetos y personas puede estar creciendo. Durante esta etapa, los niños pequeños mostrarán una mayor independencia. Pueden comenzar a mostrar un comportamiento desafiante ("No!"); reconocerse a sí mismos en imágenes o un espejo; y imitar el comportamiento de los demás, especialmente los adultos y los niños mayores. Los niños pequeños experimentan cambios de pensamiento, aprendizaje, sociales y emocionales que les ayudarán a explorar el mundo y entenderlo.

Técnicas de Crianza Positiva

- Lea a su hijo pequeño todos los días.
- Pídale que busque objetos para usted o nombre partes del cuerpo y objetos.
- Juega juegos a juego con su niño pequeño, como la clasificación de formas y rompecabezas simples.
- Anime a su hijo pequeño a participar en juegos de simulación.

Niños de Preescolar (3-5 años)

A medida que los niños crezcan hasta convertirse en la primera infancia, su mundo comenzará a abrirse. Pueden volverse más independientes y comenzar a centrarse más en adultos y niños fuera de la familia. Ellos querrán explorar y preguntar acerca de las cosas a su alrededor a medida que sus habilidades del lenguaje se desarrollan. Sus interacciones con la familia y los que los rodean ayudarán a dar forma a su personalidad y sus propias formas de pensar y moverse.

Técnicas de Crianza Positiva

- Continúe leyendo a su hijo. Nutrir su amor por los libros llevándola a los tiempos de la historia de la biblioteca.
- Deje que su hijo le ayude con tareas sencillas.
- Sea claro y consistente al disciplinar a su hijo. Explique y muestre el comportamiento que usted espera de ella para que su hijo sepa qué hacer en su lugar.
- Ayude a su hijo a desarrollar las habilidades del lenguaje hablándole/firmando con él en oraciones completas y usando palabras "crecidos".
- Ayude a su hijo a través de los pasos para resolver problemas cuando él está molesta.

El Rinconcito de los

Libritos

I Like Myself!

By Karen Beaumont

Families, Families, Families!

by Shannon Lang

Marvelous Maravilloso: Me and

my beautiful family

by Carrie Lara



Para más consejos sobre crianza positiva, lee este artículo:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting>



Para recursos parentales
adicionales encuentranos
nuestro sitio web:

orparenting.org

Síguenos en Facebook &
Twitter @OPECParentingEd

Referencias

Positive Parenting and the Seven Essential Life Skills for Children!

<https://www.zerotothree.org/resources/2468-positive-parenting-and-the-seven-essential-life-skills-for-children>

Positive Parenting Tips

<https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/index.html>

Positive Parenting Defined

<https://www.kars4kids.org/blog/parenting/positive-parenting-defined/>