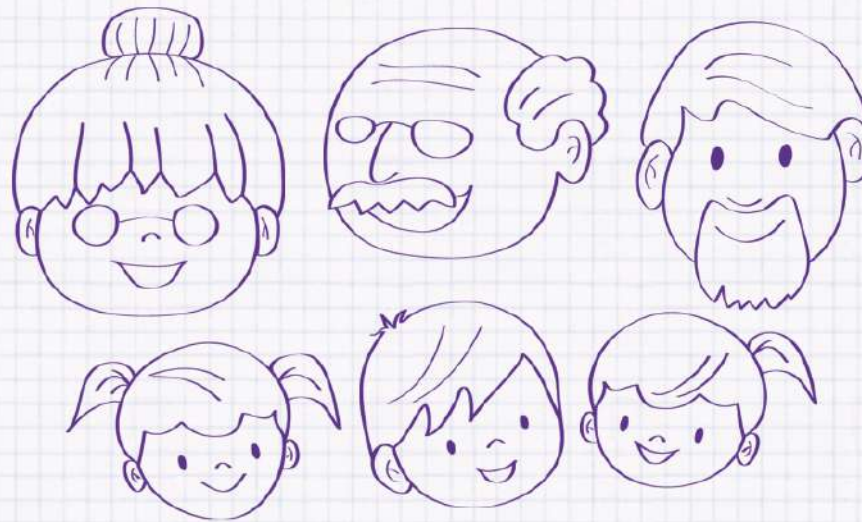


# Construyendo relaciones respetuosas en las familias



# CRIANZA



Uno de los grandes mitos de nuestra sociedad es que mujeres y hombres tienen la capacidad para ser madres y padres. Se cree que todas las personas que conciben pueden desempeñar esta función de forma eficaz y desarrollar habilidades adecuadas, por lo que se espera y exige que sean buenas para la realización de estas tareas. La realidad es que es difícil y desafiante, equilibrar todas las demandas y expectativas

que las familias y la sociedad colocan en la figura parental.

Desde que nacemos, aprendemos sobre las tareas de la crianza a través del juego, de los usos y costumbres, pero sobre todo del ejemplo, cuando recibimos el cuidado de nuestra madre y/o padre, vamos descubriendo nuestra relación con estas figuras y el papel que juega cada una de ellas en nuestras vidas.

No nacemos con habilidades para ejercer la maternidad, paternidad o para responsabilizarnos del cuidado de niñas y niños. **La crianza es una cuestión de aprendizaje**, es necesario informarse, capacitarse y recibir acompañamiento para ejercer una parentalidad positiva, la cual consiste en desarrollar competencias y habilidades que permitan reconocer y respetar a niñas y niños, identificar sus necesidades, favorecer su desarrollo, promover comunicación y diálogo, fomentar el apego y establecer límites respetuosos y necesarios para una sana convivencia familiar.



Las normas que como madres, padres y personas cuidadoras establecemos para regular el comportamiento de nuestras hijas e hijos, también llamadas pautas de crianza, pueden ser en algunas ocasiones poco respetuosas, por lo que es importante analizar y reflexionar, a fin de que podamos establecerlas de la mejor manera.

A continuación, y a manera de ejemplo, te compartimos algunas:

## PAUTAS DE CRIANZA



**Infórmate, conoce, respeta** y haz valer los derechos de las niñas, niños y adolescentes, te permitirá establecer límites respetuosos.



**Demuestra siempre afecto y apoyo.** Cuida, fomenta y fortalece el vínculo afectivo desde su nacimiento y en todas las etapas de crecimiento, comunica tu cariño de manera abierta y respetuosa.



**Basa la crianza en la participación igualitaria** de madres y padres, compartir responsabilidades familiares ayudará a un sano desarrollo de las niñas y los niños.



**Comunícate con tus hijas e hijos de manera positiva.** A veces hablamos de manera negativa porque estamos cansadas, estresadas, tenemos problemas o no sabemos qué hacer. Hay que hablar siempre a nuestras hijas e hijos como nos gustaría que nos hablaran, con respeto y empatía. Trata de no gritar, establece un diálogo respetuoso y afectuoso.



**Establece reglas claras y consecuencias de acuerdo a su edad.** Las niñas y los niños necesitan saber lo que es y no es aceptable. Asegúrate de que sepan por qué son necesarias las reglas, las razones por la que las has establecido y los límites. Es importante hacer notar que, si se rompen, habrá consecuencias. Las reglas y consecuencias no deben ser percibidas como imposiciones o castigos, sino como acuerdos necesarios para la convivencia.



**Deja que las niñas y los niños participen en las decisiones,** permite que decidan cosas simples y adecuadas conforme a su edad. Es importante su participación en el establecimiento de normas de convivencia, ayudará a desarrollar su sentido de la corresponsabilidad.



**Comprende que cada niña y niño es diferente,** por lo que debemos respetar cada etapa y ser paciente.



**Dedica tiempo para interactuar y jugar con tus hijas e hijos.** Intenta que el mayor tiempo que pasas a su lado sea interactivo, juega, cuenta historias, comparte intereses en común, demuestra atención e interés por sus gustos, aficiones y sueños, hazle saber que es importante estar a su lado.



**Recuerda que las niñas y los niños “no se portan mal”,** están aprendiendo a controlar sus emociones, exploran y aprenden normas y límites. Si las personas encargadas del cuidado de las niñas y niños eliminamos el término “portarse mal”, estaremos juzgando menos y optaremos por buscar otras estrategias diferentes al castigo, las nalgadas, pellizcos, entre otras, esto nos ayudará a aprender formas más eficaces y respetuosas para criar.



**Sé paciente,** ponte en sus zapatos, no les juzgues, escucha su punto de vista, no esperes que las actitudes cambien de la noche a la mañana, los cambios llegan gradualmente y de acuerdo a las características de las niñas y niños.



**Cuídate y piensa en ti,** si mamá, papá y las personas cuidadoras están bien, ayudará a relacionarnos de mejor manera, recuerda cuáles son tus gustos e intereses, no pases de largo tus necesidades, es importante saber cuándo solicitar y buscar ayuda.

## Prácticas para una crianza con perspectiva de género

El respeto por las personas, la diversidad y la empatía, son elementos que se fomentan y fortalecen al interior de las familias; pero a su vez, son estas las que transmiten de generación en generación, patrones de crianza negativas, como las conductas y creencias machistas, intolerantes y violentas.

Lo que aprendamos o dejemos de aprender durante la infancia nos acompañará para toda la vida. Gran parte de nuestra forma de ser se gestó en esta etapa, donde aprendemos el comportamiento que cada persona debe asumir de acuerdo a su sexo o identidad de género.

La educación en la primera infancia es determinante en la construcción de roles de género.



5

Estos roles de género son los diferentes papeles que la sociedad, a través de la cultura ha impuesto a hombres y mujeres, por ejemplo, se asigna a los hombres los relacionados con la racionalidad y el trabajo, mientras que a las mujeres se le asignan los relacionados con la emotividad, la maternidad y el hogar.



Antes de que las niñas y los niños nazcan, las familias generan expectativas de acuerdo a su sexo, no sólo se imaginan lo que serán cuando crezcan, sino que se establecen prácticas relacionadas, por ejemplo, la elección de los juguetes, la ropa del color asignado a cada sexo, la decoración de su habitación, entre otros.

Conforme crecen, la forma de tratarles se determina de acuerdo a los estereotipos de género, ejerciendo incluso una educación diferente dependiendo si es niña o niño.

Mediante las pautas de crianza se interiorizan los **roles de género**, por eso es importante establecer prácticas más igualitarias para favorecer el desarrollo de niñas y niños desde un respeto a su persona. A continuación, te proponemos algunas:



6

## ROLES DE GÉNERO



1. Antes del nacimiento de una niña o un niño, la madre, el padre o la persona responsable deben reflexionar y llegar a acuerdos sobre la corresponsabilidad de su cuidado, es decir, el **compartir las responsabilidades y tareas** que como familia se tienen.
2. Evita condicionar tu atención, protección, actividades, ropa, habitación, juguetes, en función de si es niña o niño. **Da el mismo trato a la niña como al niño**, con ello estarás enseñándoles que hombres y mujeres deben ser tratados de la misma forma.
3. **Promueve la participación de las niñas** en todos los ámbitos de la sociedad con las mismas oportunidades que los niños.
4. Todas las personas integrantes de la familia deben de participar en la realización de las tareas del hogar, donde cada una asuma su responsabilidad y aprenda a ser autónoma. **No realices el reparto de tareas en función de si es niña o niño**. Ni permitas que las tareas domésticas solo recaigan en la mujer.
5. **Construye relaciones basadas en el respeto**. Aprender a respetar desde la infancia es prevenir la violencia dentro y fuera del entorno familiar.
6. **Nombra siempre a la niña y al niño**, aunque te dirijas a ambas. "María y Matteo están en el parque". "Nico y Elena vamos a jugar". Con ello, consigues que tanto él como ella, tengan el mismo valor, que perciban que son por igual parte integrante de la familia, sin distinción alguna.
7. **Evita realizar calificaciones sexistas**. "lloras como una niña", "las niñas son tontas", "ese juguete es para niños", "sólo los niños se ensucian", "los niños no juegan con muñecas" porque reproduces estereotipos de género y estableces situaciones violentas para las niñas y niños. Es importante respetar sentimientos y las decisiones que sean tomadas por ellas y ellos.
8. **Promueve sus intereses legítimos**, sin considerar las etiquetas "esto es para niñas y esto es para niños". Es importante que cada persona elija sus gustos e intereses en función de sus deseos.
9. Los juguetes no tienen sexo, evita elegir a partir de ello. El juego y los juguetes forman parte de su desarrollo personal, por ello, **fomenta el juego cooperativo, creativo y no sexista**. Esto significa acompañar las decisiones de niñas y niños respecto a lo que quieren jugar, sin imponer los roles impuestos por la sociedad o por la familia.
10. **Cuéntale historias didácticas no sexistas**. Los cuentos, como recurso educativo, pueden colaborar de una manera creativa y divertida en transmitir valores de igualdad, y respeto. Sin embargo, determinados cuentos tradicionales transmiten mensajes que pueden reforzar estereotipos de género, ya que asignan a los personajes femeninos pasividad y delicadeza y a los masculinos fortaleza y valentía.
11. Las imágenes que perciben niñas y niños durante su desarrollo pueden tener influencia en su percepción del medio como en su desarrollo personal, **selecciona, películas, dibujos animados o vídeos acorde con su edad**, que los mensajes transmitan valores positivos, que fomenten la igualdad de género y excluyan la violencia.

## Pautas para favorecer la construcción del diálogo con las niñas y los niños

Las niñas y los niños pueden y tienen la capacidad para relacionarse de manera positiva con las personas con las que conviven.

Es importante, destacar algunas características sobre el desarrollo de las niñas y los niños para entender sus actitudes y aprovecharlas de la mejor manera.

El desarrollo cognitivo, lingüístico, social y afectivo de las niñas y niños es un proceso con avances y retrocesos.

La mente de las niñas y los niños se construye desde el nacimiento, por lo que el conocimiento se va adquiriendo desde los primeros días de vida.

Manifiestan sus sentimientos de placer cuando logran lo que quieren y de frustración cuando no ocurre.

Van adquiriendo gradualmente su autonomía y la regulación de sus emociones.

La importancia de reconocer que tiene un nombre propio permite fortalecer su identidad y sentir una individualidad segura en un mundo social.

El juego cooperativo entre ellas y ellos ocupa un papel importante en este momento, ya que la interacción con otras niñas y niños de la misma edad y la adopción de múltiples roles, favorece la definición de su personalidad, el crecimiento de su autoestima, el fortalecimiento de sus valores y la formación de un criterio propio.

A través de las relaciones de amistad con las niñas y niños de la misma edad, le permita incrementar su capacidad para controlar sus emociones.



Reconocer y motivar estos espacios no es una tarea sencilla, implica hacer un cambio estructural para reconocer a las niñas y niños como personas plenas de derechos, y ello cuestiona el papel de autoridad de la madre, el padre y las personas cuidadoras frente a las niñas y niños. Hay que tener claro, que el diálogo y establecer límites de manera respetuosa, a diferencia de lo que se piensa, no quebranta la autoridad, sino que fortalece las competencias parentales que como madres y padres tenemos en la crianza de las hijas e hijos.

Generalmente, la construcción de diálogo se dificulta cuando se presenta algún tipo de conflicto en la familia, por diferencias en cuanto a intereses, necesidades, deseos y opiniones respecto de un proceso a seguir, por temas relacionados con el ámbito escolar, por las relaciones de poder, entre otras.



Es por esto que a continuación se proponen algunas ideas para motivar espacios de respeto y diálogo al interior de las familias:

**Escucha y respeta los puntos de vista de tus hijas e hijos y promueve su participación en la toma de decisiones en las dinámicas familiares,** se lee complicado, pero es importante generar espacios explícitos para reconocer que se toma en cuenta su opinión de acuerdo a su edad y capacidad, por ejemplo, se pueden generar rutinas para decidir entre todas y todos que alimentos deberá llevar el menú de la semana, o la ropa que deseen elegir, lo importante es hacerles ver que toman decisiones en temas importantes y que estas son respetadas y promovidas desde casa.

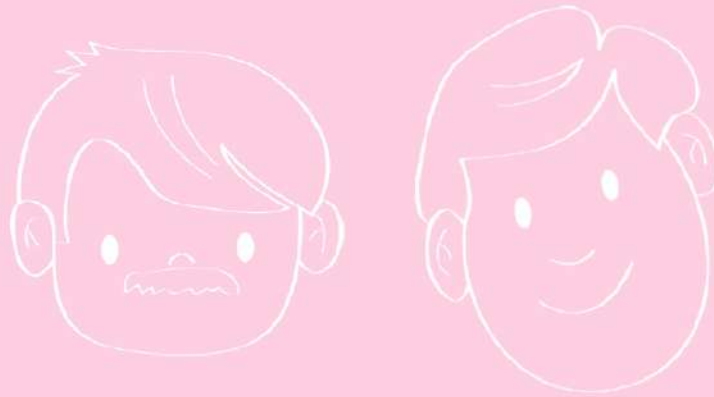
**Realiza ejercicios de consenso, los acuerdos son importantes para todas y todos.** Reconoce las posiciones encontradas y actúa positivamente. Es necesario identificar cuáles son las emociones, las necesidades, los miedos y encontrar un punto común. Por ejemplo, frente a la posición "yo quiero descansar y tú quieres salir al parque", es importante reconocer si estamos cansadas, aburridas y si el propósito es divertirnos, podemos llegar a un acuerdo, en donde se proponga jugar en casa con la participación de todas y todos.

**Demuéstrales confianza y cree en lo que te dicen,** generalmente se tiene la percepción de que como son niñas y niños pequeños no saben lo que dicen, por lo que se puede restar importancia a señales que pueden ser muy importantes para detectar situaciones diversas como la violencia y el maltrato.

**La confianza es fundamental en las niñas y niños para sentirse seguros,** fortalecer la autoestima, enfrentar de mejor manera los retos y las dificultades, buscar alternativas y soluciones, expresar sus opiniones sin necesidad de dañar a los demás, desarrollar una personalidad fuerte y contribuye de manera positiva a su inteligencia emocional.

**Construyan espacios para la convivencia familiar,** puede ser la hora de la comida, un rato por la tarde, lo importante es destinar un tiempo en el que coincidan para realizar una actividad familiar, al principio puede ser complicado, pero conforme se avanza, los espacios se convierten en momentos importantes para re-conocernos. Algunas cosas pueden ser jugar, contar cuentos, cantar, dibujar o cocinar juntos.

**Recuerda siempre que tú eres la persona adulta,** que tu hija o hijo es una persona que está aprendiendo a controlar sus emociones, alterarte o responder con violencia no ayuda, ni enseña nada, sólo complica la situación.



“POR UNA CRIANZA RESPETUOSA DE NIÑAS Y NIÑOS”: FINANCIADO POR EL SISTEMA PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA DE LA CIUDAD DE MÉXICO, DIF-CDMX, EN EL MARCO DEL PROGRAMA COINVERSIÓN PARA EL DESARROLLO SOCIAL DE LA CIUDAD DE MÉXICO 2017.

ESTE PROGRAMA ES DE CARÁCTER PÚBLICO, NO ES PATROCINADO NI PROMOVIDO POR PARTIDO POLÍTICO ALGUNO Y SUS RECURSOS PROVIENEN DE LOS IMPUESTOS QUE PAGAN TODOS LOS CONTRIBUYENTES, ESTA PROHIBIDO EL USO DE ESTE PROGRAMA CON FINES POLÍTICOS, ELECTORALES, DE LUCRO Y OTROS DISTINTOS A LOS ESTABLECIDOS, QUIEN HAGA USO INDEBIDO DE LOS RECURSOS DE ESTE PROGRAMA EN LA CIUDAD DE MÉXICO, SERÁ SANCIONADO DE ACUERDO A LA LEY APLICABLE Y ANTE LA AUTORIDAD COMPETENTE.

