



**UNA CRIANZA
PARA LA PREVENCIÓN
DE LA VIOLENCIA
Y LA PROMOCIÓN DEL
DERECHO AL BUEN TRATO**

“ESCUELA PARA PADRES, CUIDADORES Y CUIDADORAS”

RESPONSABLE DE LA PUBLICACIÓN

M.S.C. Profa. Ana Sánchez Mora.
DIRECTORA FUNDAINIL

MATERIAL ELABORADO POR:

M.S.C. Profa. Ana Sánchez Mora.
Psic. Rosa V. González

ASESORÍA LEGAL

Abog. Emperatriz Pasarella

LEVANTAMIENTO DE TEXTO

Psic. Sofía Hernández Gilbert

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Ada Karina Silvera
Roxana Silva

FOTOLITO E IMPRESIÓN

GRÁFICAS ACEA, C.A.

PORTADA: © UNICEF/UN017596/Ueslei Marcelino

ISBN- 978-980-6468-72-6

REDES SOCIALES: @UnicefVenezuela

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) no se hace responsable de la veracidad o exactitud de las informaciones vertidas en esta publicación por sus autores.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA

INTRODUCCIÓN

Esta publicación está dedicada a todos los cuidadores y cuidadoras que desde el hogar desean tener una herramienta de consulta en materia de crianza y prevención integral de la violencia. Aquí se consigue material que ayuda a cambiar conocimientos, actitudes y prácticas. Construyendo una nueva matriz de conceptos y las fortalezas.

Ser padre o madre no siempre es fácil. Cuando se trata de la no violencia y de sus hijos, usted probablemente suela cuestionarse a sí mismo. La intención de la creación de este manual es que su utilización sirva para orientar en la crianza basada en la promoción del derecho al buen trato, pasando por los puntos vitales que implican la práctica de la no violencia. Es prioridad

empezar desde que son pequeños, enseñándoles a cuidar su cuerpo, su persona, a valorarse, saber lo que está bien y lo que está mal. Sin embargo, aún en los hijos e hijas más grandes hay una misión muy importante, acompañarles y enseñarles estrategias para rechazar actitudes irresponsables, presión de grupo, y la formación de un autoconcepto sano para marcar el camino hacia su propio futuro.

El maltrato infantil se puede prevenir, para esto es importante que madres, padres, cuidadores (as), entiendan los procesos que viven sus hijos, de lo contrario es común interpretar algunas conductas de ellos como falta de cooperación o agresividad.



© UNICEF/UN017593/Ueslei Marcelino

LA CRIANZA DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

¿Qué es la Crianza?

Es una hermosa y crucial etapa en la cual los adultos realizamos acciones para formar y educar a hijos e hijas, brindándoles apoyo emocional, afectivo, psicológico, formación intelectual, desarrollo social y físico. No solo las madres y los padres biológicos son quienes crían, también juegan un papel fundamental la familia, los educadores y la sociedad en general, sin embargo, es en casa donde se asientan las primeras y más sólidas bases para el presente y futuro de una persona.

Todos los niños y niñas nacen con una dotación natural que les sirve de base para aprender a hacer diversidad de cosas y que les motivan para continuar haciéndolas por sí mismos, por lo que pueden ser los actores de su propio desarrollo en todas las áreas, pero con el necesario acompañamiento de los adultos que les sirven de modelos para el proceso.

PATRONES DE CRIANZA

Todos los niños, niñas y adolescentes deben sentirse seguros y respetados en su hogar. Para cada niño solo huellas de buen trato.

Hay diversos patrones o estilos de criar a hijos e hijas, normalmente repetimos el modelo que fue utilizado con nosotros o tomamos influencias de nuestras experiencias y educación. Sin embargo, podemos diferenciar entre algunos estilos o formas más comunes y generales, con la necesidad de ubicarnos en cualquiera de ellas según nuestra realidad cotidiana, permitiéndonos descubrir en qué aspectos podemos mejorar. Entre esos estilos o formas de crianza se distinguen los siguientes:

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Autoritativos:** Ejercen un control estricto sobre los hijos e hijas, les dan la oportunidad de sentirse que son parte del núcleo familiar, la confianza para expresarse y tomar parte en el proceso de implementar las normas en el hogar y a la vez les enseñan que hay que seguir unas reglas o pautas que les ayudarán más adelante a integrarse de la mejor manera en la sociedad. La comunicación cobra un valor muy importante. Este estilo de crianza es el que puede generar en los hijos/as autoestima, seguridad en sí mismos, liderazgo, asertividad y expresividad.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Autoritarios:** Rígidos, estrictos e inflexibles. Tienen un estricto conjunto de reglas y expectativas, y exigen una obediencia rígida, no toman en cuenta la participación de los hijos e hijas en el proceso de la crianza y la toma de decisiones, e imponen reglas muy rigurosas y castigos severos. Si las reglas no se siguen, un castigo es la forma más utilizada para asegurar la obediencia. Son los padres/madres que generalmente disciplinan a sus hijos/as y no les enseñan el porqué de sus decisiones, no hay explicación de la pena, salvo que el hijo/hija esté en problemas y en consecuencia debe escuchar. “Porque yo lo digo” es una respuesta típica a la pregunta

que se hace ante la autoridad. Este estilo de crianza puede generar en los hijos/as timidez, inseguridad, dependencia, frustración y/o rebeldía.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Permisivos:** Son familias en las que éstos/éstas tienen más poder y autoridad que las madres, padres y/o cuidadores, hijos/hijas tienen la palabra final y toman las decisiones más importantes. No existe alguien que les imparta y les haga cumplir normas de disciplina como, por ejemplo, el llegar a la casa a cierta hora, en el caso de los y las adolescentes, o el acostarse temprano cuando son niños/as pequeños. No imponen sanciones inmediatamente después de haber ocurrido una conducta negativa. Normalmente padres y madres aceptan los comportamientos y decisiones. Este estilo de crianza puede generar en hijos e hijas impulsividad, abuso de sustancias, baja autoestima, desinterés y/o ansiedad.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Indiferentes:** No muestran preocupación por el bienestar de sus hijos/as, no les preocupa ni interesa ser o no buenos padres o madres. Tienen prioridad hacia otras áreas de sus vidas, como por ejemplo la laboral, social, de pareja, de amigos. No les interesa dedicarles el tiempo a sus hijos/as. Son la clase de padres/madres que en lo fundamental pasan todo el día trabajando, dejan a sus niños/as en la escuela y en cuidados extendidos, llegando a sus casas extenuados y el tiempo de calidad que deben dedicarles a sus hijos/hijas, no solamente pasa a un segundo plano, sino que deja de existir porque simplemente no cuentan con el mismo. Este estilo de crianza puede generar en los hijos/as baja autoestima, sentimientos de soledad, depresión, bajo rendimiento escolar, y/o comportamientos agresivos.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Democráticos:** Explican a sus hijos/hijas el porqué de las decisiones y toman en cuenta sus opiniones acordes a su edad. Tienen un elevado control, pero son flexibles. Son madres/padres afectuosos, que piden a sus hijos/hijas que asuman responsabilidades, también acordes a su capacidad. La comunicación familiar es buena y les ayudan en la toma de responsabilidades; sirviéndoles de guía en las tareas cada vez más difíciles, pero dejando que sean ellos/ellas quienes las solventen. Este estilo de crianza forma hijos e hijas con buenos niveles de autocontrol y autoestima, más independientes, responsables y seguros de sí mismos, capaces de persistir en tareas difíciles y hábiles para las relaciones personales.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Igualitarios:** Crean un ambiente en el que no existe mucha diferencia con sus hijos e hijas, se tratan como amigos y ellos/ellas también toman decisiones e imponen sus maneras de hacer las cosas. La figura de autoridad no está bien definida. Este estilo de crianza puede crear un buen desempeño y autoconfianza sana, pero si se deja pasar límites también puede crear abuso de esa confianza y en un determinado momento disminuir el respeto.

• **Padres, Madres y/o Cuidadoras/es Tradicionales:** Adoptan los estereotipos tradicionales de hombre y mujer; en este caso, el impacto del estilo de un progenitor se equilibra con el del otro. Aquí el padre puede ser muy autoritario y la madre más afectuosa y permisiva. Este estilo es el que más abunda en nuestra cultura, el padre, por lo general, es la figura de autoridad y respeto, la madre es la que intercede por sus hijos. También puede darse este efecto a la inversa, la madre como figura de autoridad, y el padre más flexible. En este estilo de crianza las prácticas de padres y madres resultan monótonas y poco estimulantes para el desarrollo de hijos e hijas, pues no sintonizan bien con sus derechos y capacidades.



LA CRIANZA DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES YA NO ES ASUNTO PRIVADO DE LA FAMILIA

“El Buen Trato comienza en casa, es tarea de todos evitar entornos violentos y poco saludables. Es fundamental comenzar a actuar y poner fin a la violencia en cualquiera de sus formas. Para cada niño solo huellas de Buen Trato”

En Venezuela, la Ley Orgánica para la Protección de Niños, Niñas y Adolescentes señala en su Artículo 5: **“La familia es la asociación natural de la sociedad y el espacio fundamental para el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes. Las relaciones familiares se deben fundamentar en la igualdad de derechos y deberes, la solidaridad, el esfuerzo común, la comprensión mutua y el respeto recíproco entre sus integrantes. En consecuencia, las familias son responsables de forma prioritaria, inmediata e indeclinable, de asegurar a los niños, niñas y adolescentes el ejercicio y disfrute pleno y efectivo de sus derechos y garantías.”**

Los padres, madres, otros cuidadores y familiares deben tener bien claro y preciso que el Estado y la sociedad están obligados a intervenir cuando los derechos de niños, niñas y adolescentes puedan estar siendo violados o no se les esté dando cumplimiento.

Lamentablemente vemos con preocupación que un número importante de niños, niñas y adolescentes, están siendo víctimas de violencia y confrontando serios problemas sociales y de salud pública como, el consumo de drogas que se ha convertido en una amenaza real, al igual que otros trastornos de conducta, el acoso escolar (bullying), la maternidad y paternidad adolescente, el riesgo de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/sida entre otros.

Es impostergable dar cumplimiento a lo establecido en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, la Ley Orgánica para la Protección de Niños, Niñas y Adolescentes, otras leyes y acuerdos internacionales suscritos por el Estado, referidos al diseño e implementación de políticas que apoyen y fortalezcan a las familias mediante la información y herramientas adecuadas para orientar y educar a las presentes y futuras generaciones en estilos de vida saludables formadas en espacios promotores del Derecho al Buen Trato, la paz y el respeto.

Esto lo refleja la Ley Orgánica para la Protección de Niños, Niñas y Adolescentes en los siguientes Artículos:

• **Artículo 32-A.** “Todos los niños, niñas y adolescentes tienen el derecho al buen trato. Este derecho comprende una crianza y educación no violenta, basada en el amor, el afecto, la comprensión mutua, el respeto recíproco y la solidaridad. El padre, la madre, representantes, responsables, tutores, tutoras, familiares, educadores y educadoras deberán emplear métodos no violentos en la crianza, formación, educación y corrección de los niños, niñas y adolescentes. En consecuencia, se prohíbe cualquier tipo de castigo físico o humillante. El Estado, con la activa participación de la sociedad, debe garantizar políticas, programas y medidas de protección dirigidas a la abolición de toda forma de castigo físico o humillante de los niños, niñas y adolescentes”.

El Estado debe crear formas para la participación directa y activa de la sociedad en la definición, ejecución y control de las políticas de protección dirigidas a los niños, niñas y adolescentes.

CRECIMIENTO PERSONAL: HABILIDADES PARA LA VIDA

Las habilidades para la vida son aquellas actitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que nos permita enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria.

El desarrollo de las habilidades para la vida permite la promoción de la competencia psicosocial, entendida como la habilidad de un individuo para mantener un estado de bienestar mental y expresarlo a través de un comportamiento positivo en su cultura y el medio ambiente que lo rodea. Es importante para el bienestar personal, ya que las habilidades para la vida favorecen a la mejor interpretación de la realidad y control emocional, al reforzar estas habilidades madres, padres y cuidadores adquieren las herramientas para establecer mejores formas de vinculación con sus hijos e hijas, pudiendo acercarse a los mismos desde la promoción del Derecho al Buen Trato, la paz y la no violencia e incorporando conocimientos, prácticas y actitudes apropiadas para una sana crianza.

AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

*¡Ayúdanos a que nuestros hijos
se valoren a sí mismos!*

Los niños, niñas y adolescentes están formando su personalidad y el concepto que tienen de sí mismos. No saben y no han definido aún quiénes son. Los padres, madres y/o cuidadores, van escribiendo en las mentes de sus hijos e hijas como quien escribe en un papel en blanco, es decir, las experiencias y la manera cómo se refieren a ellos, van determinando la concepción de sí mismos. Recordándoles constantemente a nuestros hijos e hijas, las habilidades positivas y lo capaces que son de realizar las cosas, se sentirán más seguros de sí mismos y realmente demostrarán de lo que son capaces.

La búsqueda de estrategias para elevar la autoestima o para fortalecerla, tiene que ver con la necesidad de sentirnos exitosos, en plenitud y en armonía. Podemos decir que la autoestima está en estrecha relación con la valoración que tenemos de nosotros mismos. Esta es la batería que impulsa la acción humana. El término repercute en la valoración humana, es un proceso de evolución y como tal es la fuerza generadora de motivación que inspira y determina el comportamiento, permitiendo identificar las necesidades, las limitaciones, potencialidades, capacidades, los recursos y especialmente poder ubicarse en el presente en cada uno de los contextos donde se desenvuelve

Ejercicio: Pensemos ¿Qué papel jugamos como madres, padres y/o cuidadores en la autoestima que desarrollan nuestros hijos e hijas?.



EL MEJOR ESTILO DE COMUNICACIÓN, ¡LA ASERTIVIDAD!

*“Que tus palabras no sean para
juzgar, sino para educar”*

Desde los primeros momentos de la vida, la comunicación constituye una parte primordial en el desarrollo de toda persona, no solamente para satisfacer las demandas básicas (alimentos, seguridad, sentimientos y emociones), sino también otras más ligadas a la exploración, placer, adaptación. Comunicación no implica solamente lo que decimos, sino también como lo decimos.

En la comunicación, desde la postura corporal hasta los gestos y tono de voz son importantes; cabe destacar que la comunicación emocional se transmite más a través del lenguaje corporal. Cuando el niño o la niña va creciendo, el lenguaje sigue sirviéndole de guía, cuando se convierte en adolescente surgen nuevas necesidades de comunicación, sus intereses y diferentes formas de comunicarse e interrelación con sus padres.

En la práctica los cambios que experimentan los hijos e hijas exigen una capacidad de adaptación que hace necesario mantener los canales de comunicación.

Fomentar la comunicación asertiva.

Poder llevar una comunicación respetuosa, implica el uso de la comunicación asertiva como una herramienta que permite compartir los pensamientos, creencias y sentimientos que tenemos de una manera clara y honesta. Al hacerlo así, logramos un mayor acercamiento con las demás personas, especialmente con los hijos, hijas y familiares, y de esta forma comunicamos más fácilmente lo que deseamos informar, logrando evitar o solucionar conflictos sin mayores inconvenientes. Entonces, la comunicación asertiva consiste en expresar los pensamientos, las posturas y los sentimientos claramente y sin necesidad de alterarse, agredir o atentar psicológica, verbal y físicamente contra uno mismo y/o la otra persona.

¿Cuál es la mejor manera de comunicarnos con nuestros hijos e hijas?.

- Acostumbre a iniciar las conversaciones todos los días, preguntando a tu hijo o hija cómo le fue, qué hizo y cómo se siente, para que la comunicación se vuelva algo normal, rutinario y luego sea fácil entablar temas más complejos.
- Respete las normas del buen oyente, no interrumpa, deje hablar, escuche y genere un ambiente en el cual tu hijo o hija sienta la confianza para expresarse fluidamente.
- Muéstrase comprensivo en la escucha, no juzgue, evite etiquetar al hijo o hija y con asertividad, sin alarma o asombro, exprese su opinión sobre las cosas que hablan.
- Deje que su hijo o hija hable la mayor parte del tiempo, no tome el protagonismo de la conversación.
- Exprese sus sentimientos y pensamientos.
- Sea respetuoso (a), no ofenda, ni diga malas palabras. Evite alzar la voz y gritarle al hijo o hija, esto le hará sentir miedo y no querrá hablar fácilmente.
- Refuerce las cosas positivas, es decir, felicite a su hijo o hija por haber sacado buenas notas o por haber hecho algo con éxito.

EL AFECTO JUEGA UN PAPEL PROTAGÓNICO EN LA CRIANZA

Los padres, madres y/o cuidadores son el primer contacto que establece un ser humano con el mundo; desde pequeños, los niños y niñas no conocen nada, solo sabrán del mundo y de sí mismos lo que sus padres y/o cuidadores les demuestran, por lo tanto, un niño o una niña maltratada, probablemente sea un maltratador de otros, o por el contrario, acepte ser maltratado toda su vida. El afecto juega un papel fundamental; tocar a nuestros hijos e hijas cariñosamente, abrazarlos, besarlos y decirles todos los días cuanto los amamos y lo valiosos que son para nosotros, les formará una base emocional fuerte y saludable para poder establecer consigo mismo y con sus pares, relaciones armoniosas y adecuadas.

TIPS.

- El afecto y el amor son esenciales para cada persona, si lo recibimos desde casa, lo disfrutaremos toda la vida, en cambio, la necesidad temprana de afecto nos va a pesar siempre ya que la buscaremos sin cesar en el exterior.
- Un o una joven criado en una familia fría y distante, probablemente se refugie en grupos sociales y amistades en los que pueda recibir afecto y aprobación.
- Expresa a tus hijos e hijas constantemente cariño y afecto tanto físico como verbal. Aprovechar la oportunidad de hacerles saber cuánto los amamos es una hermosa y enriquecedora experiencia.

LAS EMOCIONES: EL PAPEL DE LA ESCUCHA Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES

¡Lo que sienten y dicen los muchachos, es muy importante!

A veces le restamos interés e importancia a las cosas que nos cuentan nuestros hijos e hijas, por pensar que “no saben lo que dicen”, que “son cosas de niños” o nos preguntamos ¿qué problemas va a tener un niño o una niña al que le damos todo?, no tomamos en cuenta que, con nuestra actitud, en ocasiones subestimamos que se trata de un ser humano que también vive y experimenta emociones tan importantes como las de un adulto y necesitan ser escuchados, apoyados y orientados.

Aunque nos sea difícil creerlo, porque son “pequeños” o de “poca experiencia”, los y las jóvenes viven a diario todas las emociones que también vive un adulto. Tal vez las razones o la intensidad sean diferentes pero al igual que nosotros sentimos preocupaciones, miedos, angustias, tristezas, alegrías, emoción y los eventos importantes como las separaciones, los padres y madres divorciados, las mudanzas, el abuso contra ellos, las noticias y sucesos del país y el mundo, los hechos sociales y académicos vividos en la escuela y en el hogar, la frustración de no poder hacer algo como esperan, entre otras muchas cosas, les producen duelos, ansiedad, alegría e incluso depresión.

¿CÓMO PODEMOS PERMITIR UNA SANA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES?

Preguntemos siempre ¿cómo les fue en la escuela?, ¿cómo se sienten?, ¿qué han hecho?, ¿qué les ha pasado? entre otras cosas pertinentes; cuando nos cuenten, escuchemos atentamente y mostremos comprensión con lo que dicen, de esta manera lograremos un ambiente de confianza que permita una comunicación más fluida en adelante. Si el niño o niña se siente triste y llora por algo que le sucedió, es necesario que nos acerquemos afectivamente con un abrazo y un beso.

• Si nos cuentan pequeños proyectos factibles como por ejemplo construir un campamento, motivemos su creatividad y en vez de apartarlos por parecer fastidioso, ayudémosle a cumplir su meta, dándole ideas que lo puedan enriquecer y ayudarle a potenciar sus capacidades. Si en cambio se trata de sueños o ideas un poco fantásticas, ¡soñemos con ellos! Cortarles la nota puede significar castrarles la imaginación y frustrar futuros sueños o inventos que los conviertan en una persona destacada.

• Cuando expresan lo que sienten de manera inadecuada, por ejemplo batir la puerta, tirar y romper cosas, armar grandes berrinches y pataletas podemos todavía validar y canalizar la manifestaciones de las mismas, diciendo cosas como “yo sé y entiendo que eso molesta mucho, a mí me paso cuando era pequeña/o, puedes llorar todo lo que quieras pero, en esta casa no está permitido tirar las puertas, de esta manera, validamos el llanto, le manifestamos comprensión y canalizamos la expresión de tirar las puertas. De esta manera, validamos su emoción de una manera adecuada.

• Evitemos el menosprecio, la indiferencia y subestimación de sus sentimientos, esto produce represión, el niño o niña pensará que lo que siente o piensa “no es importante” o “no le interesa a nadie” y por lo tanto preferirá guardárselo para sí mismo, convirtiéndose luego en somatizaciones (enfermedades) o comportamientos inadecuados. No los rechazemos cuando quieran demostrarnos amor.



DESARROLLE LOS TALENTOS DE TUS HIJOS E HIJAS SANAMENTE

Todos los seres humanos nacemos dotados de potencialidades y aptitudes mentales y físicas, algunas muy personales y particulares. Estas virtudes pueden convertirse en oficios que desempeñamos con eficacia y lo más importante, que nos hagan felices. Los niños y niñas empiezan a demostrar, desde los primeros años, su preferencia por ciertas cosas y actividades, incluso descubren para qué son buenos y quieren repetirlo siempre.

Ningún talento es superior o mejor que otro a pesar de nuestra preferencia o expectativa como padres, cuidadores y como sociedad, por el contrario, cualquier habilidad, mientras sea de agrado para el niño puede ser motivo de satisfacción, entretenimiento, enseñarle el lado amable de la vida e incluso convertirse en un oficio y fuente económica para su futuro.

Nuevamente, el papel de las madres, los padres y/o cuidadores es vital. Para el desarrollo de las potencialidades innatas los padres y cuidadores pueden apoyar o entorpecer. No lo desmotive, permítale a su hijo o hija explorar y ensayar de acuerdo con sus gustos y capacidades, esto le permitirá conocerse y generar seguridad en sí mismo. Recuerde que su hijo (a) tomará decisiones con respecto a las habilidades que quiere explorar o que la vida le permitirá desarrollar.

TIPS PARA IMPULSAR EL TALENTO DE NUESTROS HIJOS E HIJAS

- Evitemos frases como “¡que tonto eres!”, “¡eres un inútil!”, “¡que tarea tan fácil, cualquiera hace eso!”, las cuales son calificativos despectivos que deformaran el autoconcepto del niño, haciéndole pensar que realmente es como sus padres dicen. También podemos omitir decirles: “cochino, no juegues con eso”, “la clase de música no es importante”, “¿otra vez pintando?”, entre otras, harán que el niño o niña suprima su creatividad, conocimiento de sus habilidades y descubrimiento y conexión con el mundo. Tampoco incurramos en el caso contrario; con frases como “todo lo que haces es divino, perfecto”, probablemente el niño (a) concluya que sus comentarios no son realistas y no vale la pena tenerlos en cuenta y no le enseñaremos a discernir entre un logro y otro.

- Enseñarle también a cumplir las tareas del hogar, mostrándoles por ejemplo como se pinta una pared, como se arregla un cable o cómo se ajusta alguna parte del vehículo o de un aparato electrónico, así le daremos herramientas para su futuro y les inculcaremos el valor de la ayuda y colaboración.

- El talento y la profesión no siempre van de la mano, algunas personas son ingenieros, médicos, abogados y también músicos, pintores, deportistas o tal vez el caso sea contario; músicos que trabajan como administradores, etc. Lo importante es permitirles desarrollarlo con libertad, asegurando la educación paralela al menos de los conocimientos básicos académicos cursando el sistema de educación regular.

Ejercicios:

Reflexionemos sobre este tema.

- **¿He identificado las preferencias personales de mis hijos e hijas?**
- **¿He presionado alguna vez a mis hijos para que realicen actividades que yo prefiero?**
- **¿Estoy dispuesto/a a aceptar las preferencias (vocación) de mis hijos/as aunque vayan en contra de las mías?**



CRIANZA EN UN ENTORNO DE DERECHOS

La crianza de los niños, niñas y adolescentes debe basarse en los derechos humanos que velan por la protección, disfrute de la vida y el trato digno que todo ser humano debe tener. Asimismo, es importante que el niño se sienta amado y seguro con sus cuidadores y cuidadoras.

Los padres o cuidadores/as tienen la responsabilidad de hacerles valer el derecho a una crianza digna y poder brindarles la asistencia que ameritan los niños, niñas y adolescentes durante su desarrollo, teniendo como preocupación fundamental el interés superior del niño, tal como fue acordado en la Convención Sobre los Derechos del Niño en el artículo 18.

Si bien entendemos que no nacemos con los conocimientos sobre cómo criar a los niños, es importante que podamos ofrecerles bienestar físico y psicológico. Debido a que, cuando estos gozan de bienestar, se puede asegurar alta autoestima, aprendizaje adecuado y un desarrollo saludable. Es primordial asegurarles una crianza libre de violencia.

Por otra parte, la familia tiene un rol fundamental en la vida de los niños, niñas y adolescentes, ya que es el primer grupo social donde se encuentran inmerso. Además, es a través del grupo familiar que los niños, niñas y adolescentes adquieren los principales valores, así como también, es el espacio psicológico donde se sienten más seguros y protegidos. Es por esta razón que la crianza de los niños, niñas y adolescentes debe tener como base sólida los derechos humanos.

La familia, los cuidadores/as o personas encargadas de la educación de los niños, niñas y adolescentes, deben asegurarles una formación y una crianza en un ambiente donde se promueva el derecho al Buen Trato, el derecho a la vida, a una nacionalidad, a un nombre, a una identificación, un hogar, educación, salud, así como el libre desarrollo de la personalidad y a ser tratados por igual.

¿CÓMO PUEDES PROMOVER UN AMBIENTE DE DERECHOS EN TU HOGAR?

Para promover una adecuada educación familiar todos deben conocer que existen derechos, protegerlos y enseñarlos. Si los formamos en sus derechos, los niños, niñas y adolescentes en nuestra ausencia, pueden exigirlos y abogar por ellos cuando les son vulnerados.

Algunas sugerencias son:

- Ayuda a los niños, niñas y adolescentes a desarrollar una imagen positiva de sí mismos.
- Enseñalos a tener un pensamiento crítico. Evita imponerles tus criterios y ayúdalos a decidir con autonomía.
- No hagas críticas humillantes que los hieran.
- Ayuda a los niños, niñas y adolescentes a aceptar y verbalizar sus sentimientos, como una forma de enfrentar sus conflictos y preocupaciones.
- Toma decisiones consensuadas con los niños, niñas y adolescentes de acuerdo a su edad.
- Abrazarlos y elogiar el buen comportamiento.
- Escúchalos activamente.
- No grites, ni digas groserías.
- Establece normas educativas claras.

Para constituir ciudadanos responsables y felices, debemos dedicarles tiempo en su formación y enseñanza, para formar seres humanos que serán como una semilla que dará buenos frutos.

“La flor depende de cómo la riegas. La violencia marchita.”

Los padres son los agentes principales y más influyentes de las socializaciones, sobre todo durante los primeros años de su vida, porque mantienen intenciones más frecuentes e intensas con el niño que cualquier persona.

La Convención sobre los Derechos del Niño expresa en el artículo 19 que violencia es “toda forma de perjuicio, abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual, mientras el niño se encuentre bajo la custodia de los padres, de un representante legal o de cualquier otra persona que lo tenga a su cargo.” Conocer apropiadamente a que se refiere el término de la violencia, permite que se conozca cuando la misma está siendo ejercida por algún miembro de la sociedad.

En Venezuela la reforma de la Ley Orgánica para la Protección del Niños, Niñas y Adolescentes (LOPNNA), en el año 2007, logró un gran avance en materia de protección de la niñez al incorporar el derecho al Buen Trato. El mensaje para padres, madres y otras personas que cumplan la misión de cuidadoras y cuidadores es que deben cambiar su mentalidad y condiciones subyacentes, y saber que si pueden y deben detener la violencia contra los niños, niñas y adolescentes en el seno de la familia y en todo entorno.

TIPOS DE VIOLENCIA EN LA FAMILIA.

De acuerdo a la definición anterior de la violencia contra niños, niñas y adolescentes y sus parámetros es importante conocer sus diversos tipos a fin de identificar cuando se puede estar presentando una acción o práctica que comprometa la integridad. Se pueden resumir modalidades básicas de violencia en los siguientes tipos: violencia por acción (física, psicológica o emocional, sexual) y violencia por omisión (negligencia y transgresión de derechos).

Ha de tenerse en cuenta que la violencia puede tener lugar tanto en la fase prenatal, provocando daño al feto (mediante, por ejemplo, hábitos tóxicos de los padres, alcoholismo, toxicomanías, ausencia de seguimiento médico e incluso agresión física al feto o la madre gestante), también en la fase postnatal.

Violencia física: Cualquier acto no accidental que provoque a niños, niñas y adolescentes lesiones físicas, enfermedades o riesgo de padecerlas. Existe violencia física cuando los padres, madres y cuidadores/as emplean su fuerza para ejercer sobre los niños, niñas y adolescentes golpes, zarandeo, quemaduras, fracturas, torceduras, mordeduras, cortes, pinchazos, lesiones internas, que comprometan su integridad física y la salud.

Violencia psicológica o emocional: Los padres, madres y/o cuidadores mantienen un trato humillante y hacen uso de la descalificación, el acoso o la intimidación, los gritos, los insultos y calificativos despectivos, el menosprecio, la amenaza y el rechazo; tratos que interfieren en el desarrollo emocional de los Niños, Niñas y Adolescentes. Son pues todas aquellas acciones, generalmente de tipo verbal o actitudinal que provoquen o puedan provocar en el niño, niña y adolescente daños psicológicos, por ejemplo: rechazar, ignorar, aterrorizar, no atender sus necesidades afectivas y de cariño, necesidades de socialización, desarrollo de la autoestima positiva, estimulación.

Violencia por omisión: Existe violencia por omisión cuando los adultos, padres, madres o cuidadores demuestran un trato negligente hacia los niños, niñas y adolescentes, esto ocurre cuando no son atendidas las necesidades físicas y emocionales, lo que pone en riesgo su seguridad personal y constituye un abandono.

Violencia sexual: Se presenta cuando algún adulto o persona de mayor edad busca placer sexual al tocar, acariciar, penetrar a un menor de edad. También puede presentarse cuando los niños, niñas o adolescentes son obligados a ver imágenes o videos de contenido sexual o son forzados a realizar acciones sin ropa o que implique un acercamiento sexual y erótico. En relación con esta violencia se considera también el no atender adecuadamente al niño, niña o adolescente en el proceso de revelación de cualquier abuso, como por ejemplo mostrar incredulidad, no protegerle del agresor, ignorar la situación, no atender su demanda de ayuda o no procurarle el apoyo necesario.

En cada uno de estos tipos de violencia ocurre una transgresión de los derechos de niños, niñas y adolescente

a quienes se les está vulnerando tanto física como emocionalmente, ya que no se les está protegiendo para que tengan un adecuado crecimiento y desarrollo. La presencia del maltrato o violencia física o psicológica hacia los niños, niñas y adolescentes describe una violación hacia los derechos a la integridad y al Buen Trato que ellos y ellas poseen.

LA VIOLENCIA PUEDE MANTENERSE OCULTA.

La violencia ocurre en muchos hogares y puede ser ejercida por diferentes actores de la sociedad, ésta en muchas ocasiones se mantiene oculta. Los padres, madres, cuidadores/as y educadores no reportan las situaciones de violencia que se presentan hacia los niños, niñas y adolescentes, en algunos casos se debe al desconocimiento en cuanto al apoyo y orientación que puede ejercer el Sistema Rector Nacional para la Protección Integral del Niño, Niña y Adolescente.

Los padres, madres, cuidadoras, cuidadores, educadores y adultos en general debemos tener conocimientos sobre la LOPNNA; como actores de la sociedad, los adultos/as debemos romper con las barreras del silencio en torno a la violencia hacia los niños, niñas y adolescentes. Participar en el silencio nos hace agentes legitimadores de la violencia, razón por la que es de gran importancia conocer las instancias a las cuales se puede acudir para solicitar apoyo, ayuda y orientación y trabajar en favor de la disminución de la violencia.

Por otro lado, la violencia puede permanecer oculta porque legitimamos y permitimos el uso de actitudes y prácticas de crianza que engloban contenidos violentos. Es importante que seamos conscientes que la violencia física no es un valor para la crianza y que reconocemos que el uso del lenguaje hostil, soez y beligerante son formas de violencia que la multiplican innecesariamente. Debemos asumir la responsabilidad que tenemos en torno a evitar la violencia y promover el Derecho al Buen Trato.

CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA

Muchas veces cuando pensamos en la violencia intentamos entender de donde proviene, cuando analizamos las causas y consecuencias de la violencia hacia los niños, niñas y adolescentes en nuestro contexto tenemos necesariamente que referirnos a graves problemas sociales y de salud pública que agudizan la situación y que constituyen un círculo donde las causas y las consecuencias se entrelazan. Algunos de estos son los siguientes:

CAUSAS:

- Hijos e hijas no deseados que llegan por accidente.
- Los hijos e hijas de madres adolescentes están en desventaja en los aspectos físicos, emocional y social.
- Parejas y familias disfuncionales
- Escasa preparación por parte de los padres para educar a los hijos.
- Patrones inadecuados de crianza, autoritarismo, ausencia de límites o límites excesivos.
- Situaciones de pobreza y marginalidad social.
- Impacto negativo de los medios de comunicación social

CONSECUENCIAS:

- Lesiones físicas que pueden llegar a una discapacidad y hasta la muerte.
- Trastornos emocionales.
- Dificultades para llevar a cabo un proyecto de vida y para independizarse.
- Dificultades de pareja.
- Dificultades para la crianza de sus propios hijos ya que pueden llegar a repetir el patrón de maltrato.



EDUCA PROMOVRIENDO EL DERECHO AL BUEN TRATO, LÍMITES Y DISCIPLINA SIN CASTIGO

“Ninguna forma de violencia es justificable. Toda violencia contra los niños, niñas y adolescentes puede ser prevenida.”

Los padres, madres y cuidadores son los agentes principales y más influyentes de las socializaciones en niños y niñas sobre todo durante los primeros años de su vida, porque mantienen interacciones más frecuentes e intensas con ellos y ellas que cualquier otra persona. En el terreno de la violencia, los niños y niñas, especialmente los más pequeños pueden también ser objeto de abandono y negligencia cuando no son protegidos de la violencia por parte de otros familiares amigos, vecinos y visitantes.

Para darle un “Parao a la Violencia en la familia” hay que tener presente que cuando el niño, niña o adolescente está haciendo algo que no debe hacer, es muy fácil caer en la tentación de gritarles o pegarles, esta práctica no debe darse, puesto que la misma implica incumplir con el Derecho al Buen Trato. Para evitar estas acciones, los adultos podemos detenernos, respirar profundo calmarnos y hacer uso de una pequeña pausa para pensar una manera distinta sobre los hechos. En ese momento de reflexión, sería interesante plantearnos algunas preguntas, como: ¿estoy esperando que mi hijo o hija exprese una conducta acorde a su edad? ¿De qué otra manera, a través de juegos o actividades recreativas, podría transmitirle el mensaje para que pueda entenderlo? A partir de estas interrogantes, los padres, madres y cuidadores (as) podrían pensar mejor cómo se está ejerciendo la autoridad y cómo están siendo vistos y captados por los hijos e hijas.

LA PRÁCTICA DEL DERECHO AL BUEN TRATO

“Ayúdanos a conseguir que la violencia contra niños, niñas y adolescentes desaparezca. Para cada niño, solo huellas del Buen Trato”.

Según el antropólogo ecuatoriano Diego Pólit, reconocido como el padre al Buen Trato en Latinoamérica, es toda forma de relación que promueve que cada persona descubra y valore lo que es y lo que quiere; que cada persona construya de forma permanente su propio proyecto de vida; que podamos dialogar dentro de nuestros entornos de vida cotidiana y que, entre todos y con ternura, construyamos proyectos de convivencia dentro de cada entorno de vida cotidiana. (citado en Alfonso y otros; 2015)

Buen Trato es una manera de ser y actuar basada en el profundo respeto hacia la dignidad de los otros, que se expresa en el contacto y el cariño que promueven un sentimiento mutuo de respeto y valoración. Son formas de relación que generan satisfacción y bienestar entre quienes interactúan. Las relaciones de buen trato parten de la capacidad de reconocer que “existe un yo y también que existe un otro, ambos con necesidades diferentes que se tienen en cuenta y se respetan...” (Porras Rosemberg, 2013).

ELEMENTOS DEL BUEN TRATO.

La mayoría de los textos que trabajan el tema de Buen Trato (Convenio al Buen Trato, Fundación Antonio Restrepo, 2000), señalan que está compuesto por cinco elementos: reconocimiento, empatía, comunicación efectiva, interacción igualitaria y negociación. Con una intención didáctica cada elemento se define en la siguiente forma:

• **Reconocimiento:** Es el punto de partida para el buen trato. Se trata de la capacidad de “darse cuenta” de que, tanto como uno, también existe el otro, y cada uno tiene sus propias características, intereses, necesidades y formas de expresión, que para cada quién son tan importantes como las de los demás.

• **Empatía:** Es la capacidad de darse cuenta, entender y comprender qué siente, cómo piensa y por qué actúa como lo hace el otro con quien nos relacionamos. Sólo es posible desarrollarla si hemos reconocido al otro.

• **Comunicación:** Es el diálogo. Está constituido por mensajes que intercambiamos con el otro con alguna finalidad. Sólo si se basa en los dos elementos anteriores (reconocimiento y empatía) es un verdadero diálogo y para serlo precisa de dos capacidades fundamentales: saber expresarse con seguridad y saber escuchar sin juzgar.

• **Interacción Igualitaria:** Es el contexto ideal para la existencia del diálogo. Se basa, también, en el reconocimiento y la empatía y expresa la comprensión y uso adecuado de las jerarquías y el poder en las relaciones humanas. Las jerarquías (posiciones de autoridad) y el manejo diferenciado de poder (capacidad de influir en la vida de otros) que surge de ellas, existen para facilitar la convivencia y asegurar las condiciones básicas para la vida; de ninguna manera justifican diferencias en cuanto a la valoración de las personas. Por ejemplo, los adultos, generalmente, tienen una posición de autoridad frente a los niños, niñas y adolescentes, sea en la familia, en la escuela u otros ámbitos. Esto no significa que los adultos sean más importantes si no que por su mayor experiencia de vida, tienen la responsabilidad de orientar a los que son menores de edad, velando porque se respeten sus condiciones de seguridad y bienestar.

• **Negociación:** Es la capacidad de resolver conflictos en forma que todas las partes queden satisfechas. Cuando negociamos, no hay vencedores ni vencidos. Los conflictos en la convivencia son inevitables, precisamente porque somos diferentes. Si reconocemos que las características, intereses, necesidades y puntos de vista de todos y todas son igualmente importantes, no hay otra forma de resolver las discrepancias que negociando.

¡FOMENTEMOS EL DERECHO AL BUEN TRATO!

• **El amor, la base de la vida:** Un importante principio de la convivencia armoniosa es el amor. Tengamos siempre presente la consigna: todo por amor, nada por la fuerza.

• **Conociendo al niño, niña y adolescente:** Querer a una persona, sea niño, niña o adulto, es conocerlo. Saber qué le gusta y qué le disgusta, indagar, observar y conversar para conocer profundamente. Interesarse en lo que le gusta, preocuparse por él o ella cuando algo le molesta o entristece.

• **Comunicándonos:** Tengamos una actitud de diálogo y escucha. También aprendamos a escuchar los mensajes no verbales que nos dan. No nos limitemos a dar órdenes o

corregir, tomemos el tiempo y el espacio para intercambiar ideas y potenciar opiniones.

• **Respetando a niños, niñas y adolescentes:** Con el respeto permitiremos que los niños/as y adolescentes se sientan reconocidos/as y entendidos/as en sus temores y debilidades, con sus alegrías y sus rabias. Tratemos de respetarlos/as, como nos gusta que nos respeten a nosotros. Evitemos las palabras duras y ofensivas. No les digamos nunca: “No puedes”, “No sabes”, “Eres bruto/a”. Evitemos los insultos, porque el sufrimiento que producen deja en niños y niñas huellas permanentes.

• **Póngase a la altura del niño, niña y adolescente, física y emocionalmente:** Juguemos con ellos/as, dediquémosle un tiempo en el día. No utilice el espacio en común, sólo para corregirlo. Facilite los materiales para que sea limpio y ordenado. Recuerde ser sistemático cuando enseña hábitos.

• **Posibilite la autonomía en el niño, niña y el/la adolescente:** Es importante que, conforme ellos y ellas crecen, vayan adquiriendo autonomía, pero sin perder la perspectiva que usted es su padre, madre o cuidador/a.

• **Identificando emociones:** Como parte de la formación del niño, niña y adolescente está la educación de sus emociones. Enséñeles a conocerse para que puedan comprenderse; manejar sus sentimientos de ira o felicidad; o motivarse personalmente.



LÍMITES Y DISCIPLINA, INGREDIENTES ESENCIALES PARA FORMAR A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

La disciplina es impartir un conjunto de normas y límites en pro del autocontrol, es muy importante de inculcar desde la primera infancia porque vivimos en una sociedad con normas, si esto no se practica desde niño, entonces estamos criando pequeños individuos desadaptados, con problemas en torno a las figuras de autoridad, irrespetuosos y agresivos, que trasladaran sus modos de relación a otros ámbitos, escuela, familia y sociedad.

Aunque algunos padres, madres y/o cuidadores (as) pensemos que amar a nuestros hijos e hijas significa darle todo lo que quieran y permitirles hacer lo que les plazca; ponerles límites y disciplina, causa mejor efecto en su formación.

Las familias que establecen reglas consecuentemente y usan recompensas en vez de castigos en sus esfuerzos por cambiar la conducta de sus hijos e hijas, se diferencian enormemente con padres, madres y cuidadores que son inconsecuentes en la disciplina, esto en relación con el autoconcepto, autoestima y por lo tanto seguridad de sí mismo y comportamiento ante la sociedad.

NORMAS, LÍMITES Y DISCIPLINA ¿CÓMO DARLAS?

En todos los hogares deben existir normas claras y precisas; desde pequeños, los niños y niñas deben aprender que existen límites que rigen sus conductas. Luego en la adolescencia y durante su vida no tendrán problemas para cumplir con las leyes y normas que demanda la sociedad. Como ejemplos tenemos:

- No dar más de una orden a la vez.
- Una demanda general, como podría ser recoger la habitación, debe ser fraccionada en varias demandas consecutivas según se vayan realizando: recoge tu ropa sucia, haz la cama, ordena tus útiles, etc.
- Toda orden o instrucción deberá ser precisa y sencilla, o sea, no deberá ser ambigua: “quiero que te portes bien en el supermercado”; en su lugar al dar una orden la misma debe ser concreta: “en el supermercado no debes gritar, correr por los pasillos, coger alimentos sin mi permiso”, etc.

- Toda orden deberá ser formulada en forma imperativa (“pon la mesa”), no como una pregunta (“¿me pones la mesa?”).
- Se utilizará una voz firme, pero a la vez agradable sin elevar el tono, o sea sin gritar.
- Deberá haber contacto visual en el momento de hacer la demanda.
- El niño, niña y adolescente deberá repetir la orden para que los padres, madres y cuidadores (as) puedan comprobar que lo ha entendido y que ha tomado conciencia de ésta.
- Si usted ha establecido una norma, castigo o algún mandato debe mantenerlo hasta que se cumpla y no dejarlo pasar, sino el niño, niña o adolescente aprenderá que hacer las cosas mal, no tiene consecuencias.
- Los miembros de la familia deben ponerse de acuerdo para que todos manejen y hagan cumplir las mismas normas y evitar contradicciones.

PRESENCIA Y RESPETO DE LA FIGURA DE AUTORIDAD.

Los padres, madres y cuidadores (as) debemos convertirnos en figuras de autoridad para nuestros hijos e hijas, es decir, desde la infancia debemos generar respeto y fomentar el cumplimiento de las normas y medidas de disciplina, no hasta el punto de producirles miedo o respeto temerario excesivo sino hacer que nuestra palabra sea escuchada y tomada en cuenta.

Para ello también, padres, madres y/o cuidadores debemos estar de acuerdo y hablar el mismo idioma, ya que al contradecirse o no armonizar en las decisiones y medidas, uno de los dos pierde la autoridad ante sus hijos e hijas o se convierte en el malo del asunto.

Un asunto importante es producir una participación cada vez más efectiva de los niños, niñas y adolescentes en los asuntos que les conciernen, en respeto al derecho que tienen a que su opinión sea escuchada y tomada en cuenta.

LAS CONSECUENCIAS REFUERZAN O DISMINUYEN COMPORTAMIENTOS.

Lo que sucede luego de una acción, determina que se repita o no, así nos comportamos, así educamos a nuestros hijos e hijas y bajo esta dinámica se mueve la sociedad en general.

Existen reforzadores, que aumentan la probabilidad de que una conducta vuelva a suceder, nos da bienestar y placer la acción que nos hizo llegar a obtener ese premio. Los reforzadores pueden ser de múltiples naturalezas, desde llevar a nuestros hijos e hijas a un parque o restaurante favorito cuando recibimos el boletín de buenas calificaciones, hasta los aplausos y la atención que le damos cuando hacen algo gracioso.

También, sin querer podemos reforzar conductas no deseadas, por ejemplo cuando vamos al supermercado con nuestros hijos e hijas, nos enfrentamos a la situación del berrinche por el deseo ineludible de que le compren alguna galleta o chuchería, si accedemos a comprarlo solo por evitar el espectáculo, seguramente lo hará en la próxima oportunidad ya que le acabamos de enseñar que, aunque sus padres, madres y/o cuidadores no le quieran comprar lo que pidió, el berrinche es la estrategia más efectiva, en cambio si dejamos que llore todo lo que quiera aunque esto signifique pasar un rato de vergüenza, el niño o la niña aprenderá que sus pataletas no le funcionan y no vale la pena seguir con ellas.

Otro ejemplo de reforzamiento que ocurre más sutilmente disfrazado es cuando escuchamos por primera vez a nuestros hijos e hijas decir una mala palabra o grosería incluso gestual, nos sorprendemos y reímos y en lugar de reprenderlo, le pedimos que lo repita para que otros escuchen y les cause gracia también, en este caso le estamos reforzando al niño y/o niña la conducta de decir malas palabras ya que divierte a los demás y recibe atención.

Aparte de estos ejemplos cotidianos, vamos constantemente reforzando o eliminando conductas en nuestros niños y niñas, desde cosas tan obvias como las mencionadas anteriormente hasta nuestras actitudes y reacciones ante sus comportamientos, por eso debemos estar atentos de cómo actuamos frente a sus conductas.

ALGUNAS SUGERENCIAS PARA EL MEJORAMIENTO DE LOS ESTILOS DE CRIANZA

A continuación, se te ofrecen sugerencias que es seguro que de aplicarlas te ayudarán a una mejor y saludable convivencia con tus hijos e hijas. Son fáciles de aplicar, solo requieren de tu decisión y voluntad.

- Tu hijo merece respeto, no intentes pasar por encima de él/ella. No busques que te haga caso solo por miedo o porque se lo ordenas, ya que debe guiarse más por sí mismo, no porque se lo están pidiendo. Ten en cuenta que es necesario que lo haga, y para ello se le debe explicar el motivo. Así aprenderá desde niño/niña a desarrollar su criterio y propia voluntad para hacer las cosas, sin recibir instrucciones.
- Se justo. Aplica una sanción cuando se debe, pero también elogia a tu hijo/hija por sus comportamientos adecuados.
- Conversen directamente. Cada vez que hablen mírense a los ojos, practiquen tanto la comunicación verbal como la no verbal, por medio de expresiones o gestos, en los que el cuerpo sea el principal camino para comunicar lo que piensa.
- Desarrolla la confianza en tu hijo/hija, transmítele ideas positivas tales como “tú puedes”, “no te rindas”, “vamos hijo, adelante”, que además fomenten la alta autoestima.
- Fomenta la expresividad siendo expresivo con tu hijo/hija, dile diariamente frases como “te quiero mucho”, “eres un buen hijo”, “que bien lo has hecho”, “estoy orgulloso de ti”, para que tu hijo/hija reconozca que es valioso y se motive a seguir en esa línea de las conductas positivas y que él/ella también sea capaz de expresar sus emociones sin ningún tipo de temor.
- Juega con tu hijo/hija y compartan actividades dinámicas en conjunto con la familia; más importante que inscribirlo en diversos cursos de deportes es que realice el deporte con ustedes (padres/madres) mismos.
- El traer hijos al mundo y criarlos es el asunto más delicado y serio en el que uno como padre o madre puede involucrarse. La crianza de los hijos e hijas es algo de lo cual se debe hablar incluso antes de casarse o establecer una relación permanente.
- Nunca olvides buscar la ayuda de un profesional que te asesore u oriente en el tema. Aprender no solamente implica leer, sino también aplicar lo aprendido.

FIN AL CASTIGO FÍSICO Y OTROS COMPORTAMIENTOS VIOLENTOS

“Ayúdanos a conseguir que la violencia contra niños, niñas y adolescentes desaparezca. Para cada niño, solo huellas del Buen Trato”.

A pesar de que la legislación prohíbe todo castigo físico contra los niños, niñas y adolescentes, es innegable que se siguen utilizando los golpes para castigar el incumplimiento de las normas o la “mala conducta” en el hogar. Todos los estudiosos/as del comportamiento humano cuestionan la validez de cualquier castigo como herramienta de disciplina para aplicarse a niños, niñas y adolescentes.

Cuando los padres, madres y otros cuidadores equiparan la “disciplina” con el “castigo”, las consecuencias pueden ser catastróficas para los niños y niñas. Todas las personas hemos vivido situaciones de castigo físico: la madre que le da una bofetada a su hijo intentando frenar su rabieta porque no le quiere comprar algo, el padre que zarandea a su hija cuando le ha visto pegar a otro niño, el adolescente al que se le “levanta la mano” por ser muy contestón.

El castigo físico es el que se aplica mediante el uso de la fuerza causando dolor y en muchas oportunidades heridas e incluso la muerte, con el propósito de corregir una conducta no deseable en el niño, niña y adolescente. El correazo, el pescozón, la bofetada, los empujones están entre las formas más utilizadas, aunque usualmente las familias pueden no calificarlas como maltrato. Y aún más los gritos, insultos y groserías.

En las familias el castigo físico es una de las formas equivocadas de educar; pero no la única. Además, no se trata de sustituir el castigo físico por el abuso psicológico sino de educar a los hijos e hijas en el hogar sin violencia. El castigo físico posee un mayor riesgo de producir un daño emocional a los hijos e hijas, lo cual nos obliga, como padres, madres y

como sociedad, a buscar otras alternativas. Al final, la erradicación del castigo físico es una obligación ética. El castigo físico enseña en el miedo y desde la sumisión, mermando la capacidad de los niños, niñas y adolescentes para crecer como personas autónomas y responsables.

CONSECUENCIAS DEL CASTIGO FÍSICO.

Entre las principales consecuencias del castigo físico podemos incluir:

- Un castigo físico generalmente es empleado porque genera un “cumplimiento inmediato” de una orden por parte de los niños, niñas y adolescentes, pero paradójicamente esta solución tan fácil para los padres, madres y otros cuidadores(as) está comprobado que a largo plazo no surte el mismo efecto. Los estudios demuestran que los pequeños/as a menudo no recuerdan por qué fueron golpeados(as) y se abstendrán de portarse mal sólo si enfrentan la amenaza inminente de ser nuevamente golpeados(as).

- Así que el castigo físico no ayuda a los niños, niñas y adolescentes a desear portarse bien ni les enseña la autodisciplina u otras conductas alternativas; todo lo contrario, les endurecen rápidamente ante las experiencias, salvo desde luego, que ésta sea tan extrema que les ocasione lesiones muy graves.

- Interfiere en sus procesos de aprendizaje y en el desarrollo de su inteligencia, sus sentidos y su emotividad.

- Los niños y niñas que han sufrido castigo físico pueden presentar dificultades de integración social.

DIGÁMOSLE NO AL CASTIGO FÍSICO.

Los padres y madres tienen que tomar una plena conciencia de que el castigo físico contra sus hijos e hijas en ninguna forma es un derecho que les puede corresponder. Por lo tanto, se trata de una medida que no tiene justificación alguna en ninguna circunstancia. Entonces comprender y tomar en consideración que:

- Renunciar al castigo físico no significa renunciar a la disciplina: lo que los hijos e hijas necesitan es tener límites claros y recibir orientación sobre lo que está bien y lo que está mal.

- Prescindir del atajo de la violencia tiende siempre a producir niños y niñas más disciplinados. Busque otras experiencias de padres y madres que lo hayan hecho.

- Reafirme el buen comportamiento de los niños y niñas antes de castigar su mala conducta, tenga en cuenta que si un niño, niña o adolescente vive:

Estimulado (a), aprende a tener confianza.

Con equidad, aprende a ser justo.

Con seguridad, aprende a tener fe.

Con aprobación, aprende a querer a sí mismo.

Con aceptación y amistad,

¡aprende a encontrar el amor en el mundo!

- El castigo físico paraliza la iniciativa del niño, niña o adolescente. Bloquea su comportamiento y limita la capacidad para plantear y resolver problemas. Conlleva siempre el castigo emocional, puesto que el cariño de los padres y su aprobación son el sostén afectivo del niño, niña o adolescente, y las bofetadas los pone en tela de juicio.

¡LAS MADRES, LOS PADRES Y OTROS CUIDADORES TENEMOS QUE ACTUAR!

Corresponde ahora reflexionar en torno a nuestro rol como cuidador o cuidadora, ya sea si somos, madre, padre, educadores o desempeñamos cualquier actividad donde prestemos un servicio a niños, niñas y adolescentes, es necesario asumir la premisa “ninguna forma de violencia es justificable, toda violencia es prevenible”.

Todos y todas estamos obligados a contribuir a prevenir la violencia, especialmente las madres y los padres, queremos lo mejor para los niños, niñas y adolescentes, pero muchas veces asumimos este rol sin ninguna preparación, nadie nos enseña a ser madre, padre o cuidador, nuestra guía en muchos casos es el ejemplo de nuestros padres y madres, el cual pudo haber funcionado, pero correspondió a otro momento y a otras realidades.

Es necesario que los padres, madres y otros cuidadores reflexionemos seriamente sobre nuestro rol como responsables del bienestar de nuestros hijos e hijas. Realmente estamos conscientes de lo que hacemos y cómo lo hacemos, qué modelo estamos siguiendo o sencillamente saber reconocer si estamos repitiendo la manera como fuimos educados. Algunas interrogantes que pueden guiarnos en esta reflexión son las siguientes: ¿De qué manera educamos?, ¿Cómo establecemos los límites?, ¿Cómo nos comunicamos con nuestros hijos e hijas?, ¿Qué tiempo les dedicamos?, ¿Respondemos sus inquietudes y sus preguntas?, ¿De qué manera?, ¿Cuándo los abrazamos?

No hay fórmulas mágicas que nos conviertan en buenos padres o buenas madres, solo hay elementos de suma importancia que nos pueden ayudar a emprender ese camino tan importante, algunos de estos elementos son la comunicación, el afecto, la confianza, el reconocimiento de las dificultades, el estímulo positivo, el establecimiento de límites claros y precisos, la constancia y la firmeza en las normas sin hacer uso del maltrato en ninguna de sus formas.



Probablemente la paciencia se agota en ocasiones, repetir muchas veces la misma cantaleta, si el pequeño no quiere comer, si sostiene mal el vaso, si no arregló su cuarto cuando se le dijo. A algunos padres sobrepasados por el estrés, se les dificulta controlar sus sentimientos de rabia e impotencia y reprenden por cualquier cosa. Los hijos e hijas lo asumen no solo como un regaño porque lo que hace mal, sino también como que debe haber algo malo en él para recibir ese trato.

Los gritos y los regaños frecuentes construyen una auto imagen negativa de los hijos, estos terminan creyéndose malos y actúan como tal confirmando ese concepto que se han creado de si mismos. En consecuencia, creen que sus padres no los quieren porque son malos y manifiestan sentimientos de tristeza, angustia o temor hacia ellos, lo que puede llevarlos a ocultarles cosas y decirles mentiras por miedo a que los repriman nuevamente.

Trata de no mantener el conflicto, ya que eso no conduce a mejorar el problema sino que lo empeora. Es preferible hacer una pausa y retomar la conversación cuando se sientan más tranquilos.

TIPS.

- Si los niños reciben un buen ejemplo, integran el comportamiento respetuoso que han observado de otros.
- Habla con otros padres, las angustias compartidas son más llevaderas.
- A veces los hijos quieren sentirse fuertes e independientes respondiendo desafiadamente, corríjelo con suavidad.
- Tu responsabilidad como padre es darle herramientas para que aprendan a ser selectivos.
- Confía en tu hijo e hija, seguramente creará que merece la confianza de otros, incluso la de ellos mismos.
- Enseñales a decir “por favor” y “gracias”, nadie esta obligado a hacer las cosas.

TENEMOS QUE SABER QUE...

Desde un principio las madres, los padres y/o cuidadores tratemos de reforzar las conductas positivas y de orientar o reducir las negativas o violentas.

- Muchas de las respuestas de los niños, niñas y adolescentes, las adquieren mediante la observación de sus figuras de autoridad y por el papel de modelo que sirvieron a sus hijos e hijas, por lo tanto, niños y niñas agresivos generalmente crecieron en ambientes altamente agresivos o siendo víctimas de crianzas agresivas. Como madres, padres y/o cuidadores tratemos de dar el mejor ejemplo posible a los hijos e hijas.
- Podemos orientar y mostrar a los hijos e hijas, formas de resolver problemas sin recurrir a la violencia.

“Un hecho incuestionable es que los niños y las niñas aprenden más y mejor sin castigo físico. Si se le refuerza con gestos o frases cariñosas, realizarán fácilmente el aprendizaje. Para cada niño solo huellas de Buen Trato”

HACIENDO PREVENCIÓN INTEGRAL

“El Buen Trato comienza desde casa. Es tarea de todos evitar entornos violentos y poco saludables. Es fundamental comenzar a actuar y poner fin a la violencia en cualquiera de sus formas”

EJEMPLOS DE LA VIDA DIARIA PARA NO REPETIR

- No puedo exigir a mi hijo(a) que no diga mentiras cuando al levantar el teléfono, le susurro que diga que no estoy.
- Recordarle cada momento que no debe fumar porque es malo para la salud, pero me ve consumiendo cigarrillos todos los días, no lo hará en mi presencia, pero seguramente no resistirá la tentación de fumar con sus amigos.
- Le decimos a nuestros hijos(as) que no nos golpeen y no nos griten a nosotros, en la escuela o a otras personas, pero nosotros lo hacemos con ellos cuando estamos molestos.
- Le prohibimos a nuestros hijos (as) decir groserías, sin embargo, es nuestra manera de expresarnos.

APRENDAMOS A PROMOVER LA AUTONOMÍA E INDEPENDENCIA.

Los padres y/o cuidadores queremos evitar sufrimientos a los hijos e hijas, pero impedir que se enfrenten a las dificultades implica privarles de un aprendizaje muy valioso y mostrar desconfianza en sus posibilidades. Algunas veces, las prisas nos juegan malas pasadas; en otras ocasiones, el afán de protección nos impide exponer a los niños y niñas a tareas en las que pueden fracasar y, en ciertos casos, inconscientemente, nuestros propios miedos nos dominan y evitan que permitamos que nuestros hijos e hijas se enfrenten a situaciones difíciles. Hay que darles oportunidades para que puedan experimentar y desarrollar su autonomía. Es importante considerar las enormes posibilidades y herramientas que brindamos a los hijos e hijas enseñándoles a ser más independientes.

LA TELEVISIÓN

Los niños, niñas y adolescentes en ocasiones muestran interés por programas cuyos contenidos pueden tener escenas de violencia y es posible que estas imágenes puedan sorprendernos. Es recomendable que las madres, los padres y/o cuidadores observen y orienten sobre el contenido completo del programa.

Ejercicio: Comparta con su hijo (a) una tarde de televisión, observe qué programas ve. Aproveche la ocasión para ir indagando los gustos de sus hijos (as) y converse con ellos sobre los contenidos de violencia que pueden aparecer en el mismo, orientele sobre lo inadecuado de este tipo de contenido.

LAS REDES SOCIALES Y EL INTERNET, EL MEDIO DE COMUNICACIÓN E INTERACCIÓN MÁS USADO POR LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Actualmente es muy común ver a los niños, niñas y adolescentes altamente involucrados con el uso de internet y las redes sociales; observamos como los hijos e hijas trascurren una infinidad de horas frente al computador o aferrados a los teléfonos celulares.

Estas herramientas electrónicas pueden ayudarles a socializar, realizar asignaciones escolares o proporcionarles un espacio para el entretenimiento y divertimento. La interacción que los hijos e hijas realizan a través del internet y redes sociales en ocasiones puede generar peligros por lo que es importante mantenerse atentos ante lo que ellos puedan observar a través de dichas herramientas, esto sin establecer prohibiciones o excesivo control ya que el mismo puede incentivar la curiosidad y provocar una mayor necesidad en los hijos de acercarse a las redes sociales e internet.

¿QUÉ HACER PARA EVITAR PELIGROS EN INTERNET Y REDES SOCIALES?

- Comuníquese con su hijo (a), converse y reconozca junto a él o ella las ventajas del internet y redes sociales; aproveche el momento para identificar los factores de riesgo que pueden poseer los mismos.

- Establezca acuerdos sobre las horas y uso del internet y las redes sociales. Negocie los horarios del uso del computador, así como otras herramientas electrónicas, establezcan acuerdos y consenso pactados con respecto al máximo número de horas y momento en el que puede contactarse. Pacte y establezca un compromiso con respecto al incumplimiento de dichos acuerdos.

- Refuerce la importancia de la privacidad y el manejo del contenido. Converse con su hijo o hija sobre la importancia de crear un perfil privado, no aceptar invitaciones de desconocidos ni publicar información o imágenes que pueda revelar información personal.

- Hágase amigo de su hijo o hija, comparta con él o ella también a través de las redes sociales e internet. Compartan momentos juntos navegando por la web, así como a través de los mensajes e interacciones que permiten el uso de las redes sociales. Estar en contacto con su hijo (a) le permitirá conocer el tipo de contenido que le interesa y las relaciones que puede estar teniendo a través del uso de estas herramientas electrónicas.

- Mantenga contacto con otros padres, madres y/o cuidadores, converse con ellos sobre las herramientas electrónicas, compartan información y manténganse comunicados. Conversar con otros cuidadores puede ayudarle a disminuir la angustia y el miedo sobre el contenido que está manejando su hijo(a) por medio del internet y redes sociales, además fomenta el intercambio de información en pro de la protección de niños, niñas y adolescentes.

¿QUÉ HACER EN CASO DE VIOLENCIA?

Si conoces o eres víctima de una situación de violencia ¡ROMPE EL SILENCIO! Y denuncia. Actualmente, las leyes venezolanas garantizan y defienden los derechos de los niños, niñas y adolescentes y trabajan en función de la protección de los mismos.

¡No permitas que se propague y se perpetúe la violencia! Con tan solo relatar el evento de violencia que has presenciado puedes ayudar a romper paradigmas y evitar daños en la integridad de las personas.

¡La denuncia no perjudica, Protege! Puedes acudir a diversos órganos públicos a realizar la denuncia, ellos están capacitados para atender a la víctima, garantizar su protección y hacer cumplir la ley. Puedes acudir en el municipio a:

- Consejo Municipal de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes.
- Consejo de Protección de Niños, Niñas y Adolescentes.
- Defensorías de Niños, Niñas y Adolescentes.

Bibliografía

- Alfonso, Copasachoa, Héman, Rámirez y Ruiz. (2015) "Incidencia que tiene el Buen Trato en la prevención de la violencia intrafamiliar". (<http://stadium.unad.edu.co/preview/UNAD.php?url=/bitstream/10596/3693/1/1054658446.pdf>)
- Arias Rodrigo Aedo. "Estrategias para fomentar el buen trato en adultos, niños, niñas y adolescentes". 2014. (<https://prezi.com/fto6x5iaonyd/estrategias-para-fomentar-el-buentrato-en-adultos-niños-niñas-adolescentes>).
- Castillo. G. (2017). *Dimensión del problema de la violencia hacia los niños, niñas y adolescentes en Venezuela y en el mundo.*
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999, 30 de diciembre). Gaceta Oficial de la República, N° 36.860.
- Iglesias María Elena. Guía para trabajar el tema del buen trato con niños, niñas y adolescentes" (www.buentrato.cl/pdf/est-inv/convit/ce-iglesias.pdf).
- Guevara Cordero Claudia. "Consejos para Mejorar los Estilos de Crianza". Ps. Master en Psicología Clínica y de la Salud. Perú 2014. App.Kiddy'shouse.com/maestra/articulos_de_crianza.php.
- Ley Orgánica para la Protección del Niño, Niña y Adolescente (2015, 8 de junio). Gaceta Oficial de la República, N° 6.185.
- Ley sobre Procedimientos Especiales en materia de Protección Familiar de Niños, Niñas y Adolescentes (2010). Gaceta Oficial de a República, N° 39570.
- Moldes Núñez Petra / Cargas Díaz Adolfo J. "Como hablar con nuestros hijos – Claves para mantener una comunicación familiar positiva". 2009.
- Pinheiro Paulo Sergio. "Informe Mundial sobre la Violencia contra niños y niñas" (Informe-Mundial-sobre-violencia-contra- niños/niñas 1pdf).
- Pereira Fernando /Óscar Misle. "Detención del Maltrato en la Infancia". Caracas 2004.
- Sánchez Ana / Quintana Millinyceut. (2010). Mamá, papá: Protégeme de la violencia. Fundainil.
- Sánchez Ana / Quintana Millinyceut. (2010). Una visión positiva para prevenir la violencia.
- Savethechildrens. "Poniendo fin al castigo físico contra la niñez".
- UNICEF (1990) Convención sobre los derechos del niño. Recuperado de http://www.unicef.cl/web/wp-content/uploads/doc_wp/Convencion%20derechos%20web.pdf.
- UNICEF (2014) Guía de pautas de crianza de niños y niñas entre los 0 a 5 años. Recuperado de <https://www.unicef.org/paraguay/spanish/unicef-guiaagentesformadores.pdf>.
- UNICEF (2012) Crecer juntos para la primera infancia. Recuperado de https://www.unicef.org/ecuador/educacion_Libro_primera_infancia.pdf.

**LA FLOR DEPENDE DE
CÓMO LA RIEGAS
#LAVIOLENCIAMARCHITA**

**PARA CADA NIÑO
SOLO HUELLAS DE
#BUENTRATO**