

Guía para la
CRIANZA DE
NIÑOS y NIÑAS
EN EDAD ESCOLAR

Dirigido a: Padres, madres y cuidadores primarios
de niños y niñas entre los 7 y los 12 años.



Claudia Luján · Joanna French Morales
Guatemala 2022

Elaboración:
Claudia Luján
Joanna French Morales

Diagramación y diseño:
Rony Salas

Con el apoyo de:
Amigos y familiares en Australia que tienen un afecto especial por la niñez y las familias vulnerables en Guatemala.

Este material puede ser reproducido para fines no-comerciales, otorgando el reconocimiento a:
Claudia Lujan & Joanna French Morales.

Presentación

La presente guía nace como un apoyo directo hacia padres, madres y cuidadores primarios de niños y niñas en edad escolar (de 7 a 12 años), procurando llevar conocimiento, guía y herramientas prácticas para la crianza en el hogar.

Si bien, existen un sin número de excelentes materiales sobre crianza, una de las mayores limitantes que se identifica es el poco acceso que las familias de escasos recursos tienen, por ubicación geográfica, falta de tiempo, baja escolaridad, analfabetismo, entre otras.

Un claro ejemplo de lo anterior, es lo contenido en el Informe del Censo de niñez y adolescencia del 2019, identificando las 4 principales causas por las que menores de edad son separados del contexto familiar y puestos en protección, siendo estas:

- Riesgo social
- Negligencia
- Abuso sexual
- Abandono¹

En el mismo informe se identifica que la mayor cantidad de niñez abrigada se encuentra dentro de las edades de los 7 a los 12 años.

Partiendo de lo anterior, la presente guía desarrolla 12 temas, en un lenguaje sencillo y con ideas prácticas, con el fin de llegar a aquellas familias que por desconocimiento o “mal conocimiento” han o pueden llegar a incurrir en prácticas negativas para la niñez.

Cabe señalar que a lo largo del material se usará el término “niño” para nombrar a hombres y mujeres menores de 13 años, cuando se hable de “niñas” se usará el término específico. Lo anterior es aplicando la

economía del lenguaje, buscando hacer de cada sesión textos breves, con ideas claves y fáciles de comprender. En el inciso de “metodología” se explica más a detalle la forma sugerida para utilizar el presente material.

Manifestamos nuestro profundo deseo porque cada niño, niña y adolescente se sepa amado en un ambiente familiar. Creemos que esto es posible, fortaleciendo a la institución más inmediata, ¡La Familia!



¹ Organismo Judicial de Guatemala. Informe Censo de Niños, Niñas y Adolescentes albergados en Hogares Privados y Abrigo autorizados o en proceso de autorización, realizado en febrero y marzo de 2019 a nivel Nacional. Pag.33.

Metodología sugerida

El material ha sido diseñado para trabajarse con padres, madres o cuidadores primarios (aquellos adultos que pasan más tiempo con los niños y tienen a cargo su cuidado), enfocado en niñez en edad primaria, de los 7 a los 12 años.

Cuenta con 12 temas, mismos que se sugiere desarrollar en 6 meses, con espacios de 15 días entre una y otra sesión. Para optimizar el material este debería desarrollarse durante las visitas domiciliarias, de forma individual con cada familia. Sin embargo, sí se desea trabajar con grupos es viable, adaptando las preguntas, y los retos al final de cada sesión.

¿Cómo pueden ser más efectivo el uso de esta guía?

- Se sugiere una duración de 40 minutos por sesión, leerlo en conjunto y que se brinden ejemplos del día a día.
- Cada tema inicia con una pregunta de exploración, cuenta con un párrafo base, ideas básicas, ilustraciones para reforzar el contenido, 3 acciones prácticas que se pueden realizar en casa y al final de cada tema, un reto o "tarea" para realizarlo durante la semana.

Algunos temas incluyen una o más hojas extras como material complementario.

Equipando Familias · Material para familias vulnerables · Guatemala 2022

Conociendo a los niños → 1

Tema 1: El cuerpo y sus necesidades

¿Qué cree que necesita un niño para desarrollarse de forma sana? → 2

Principal aprendizaje: Los adultos debemos comprender que un niño, una niña o un adolescente, para desarrollarse adecuadamente, necesitan alimentación, pero también es importante el descanso, el juego, la educación, rodearse de amor, rutinas, límites y estimulación en cada etapa de su vida. → 3

Los niños sanos son inquietos, curiosos, juegan, ¡sí! Incluso hacen travesuras. → 4

Los adultos con hábitos saludables podrán trasladar estos a los niños. Pero los adultos que no tienen prácticas sanas tendrán niños que imitarán estas acciones.

La alimentación tiene que ser con la cantidad de lo que se come, pero también con la calidad. La calidad no depende de lo caro de un producto, sino de lo natural de éste. Comer frutas, verduras y tomar agua pura, fortalecerá el cuerpo pero también el desarrollo en general de los niños.

→ 5

¿Qué hacer? → 6

- 1 Tener rutinas sanas de casa, comer a la misma hora (desayuno, almuerzo y cena y de ser posible refacciones). También se debe procurar que los niños vayan a dormir antes de las 9:00 de la noche. Un niño cansado, con hambre o sed, no tendrá un buen comportamiento, su desarrollo y su capacidad de aprender también se verá afectada.
- 2 Si ve cambios de peso, en el comportamiento o en el ánimo de los niños que tiene a cargo, debe consultar con un profesional. Asistir a un Centro de Salud, hospital cercano o alguna organización que brinde servicios médicos, es importante. La salud de los niños no se mide únicamente por síntomas como fiebre o tos, a veces el estado de ánimo de ellos puede cambiar y un especialista puede ayudarnos, antes que se vuelva algo más grave, por no atenderlo a tiempo.
- 3 Mantener los ambientes del hogar limpios, no solo ayuda a que los niños adquieran menos enfermedades, sino también les brinda un buen ejemplo. Evitar acumular trastos sucios, mantener unas sábanas, toallas y ropa limpia, nos ayudará a evitar enfermedades.

Incluye hoja opcional de guía alimentaria para Guatemala y tabla para horas de sueño.

¿Qué puedo hacer esta semana? → 7

1 Título de temas del mes

2 Pregunta exploratoria

3 Idea central

4 Ideas básicas

5 Ilustración de refuerzo

6 Acciones prácticas

7 Tarea/reto/compromiso

• Temas 1 y 2 •
**Conociendo
a los niños**





Conociendo a los niños

Tema 1: El cuerpo y sus necesidades



¿Qué cree que necesita un niño para desarrollarse de forma sana?



Principal Aprendizaje: Los adultos debemos comprender que un niño, una niña o un adolescente, para desarrollarse adecuadamente, necesitan alimentación, así como, descanso, juego, educación, rodearse de amor, rutinas, límites y estimulación en cada etapa de su vida.

Cuando procuramos satisfacer cada área, en la medida de nuestras posibilidades, estamos trabajando por lograr **Niños Sanos**.

-  · Los niños sanos son inquietos, curiosos, juegan, ¡sí! Incluso hacen travesuras.
-  · Los adultos con hábitos saludables podrán trasladarlos a los niños. Pero los adultos que no tienen prácticas sanas tendrán niños que los imitarán.
-  · La alimentación tiene que ver con la cantidad de lo que se come, pero también con la calidad. La calidad no depende de lo caro de un producto, sino de lo natural de éste. Comer frutas, verduras y tomar agua pura, fortalecerá el cuerpo, pero también el desarrollo interno (cerebro, órganos en general, ánimo, etc.).
-  · Cuando un niño no duerme suficiente, no toma agua durante el día, o no se alimenta de manera sana, no solo puede enfermarse, es posible que tenga un comportamiento negativo y que en la escuela aprenda menos o le sea más difícil poner atención. Muchos comportamientos que comúnmente llamamos "berrinches", se dan por que los niños están cansados, tienen hambre o no están hidratados.

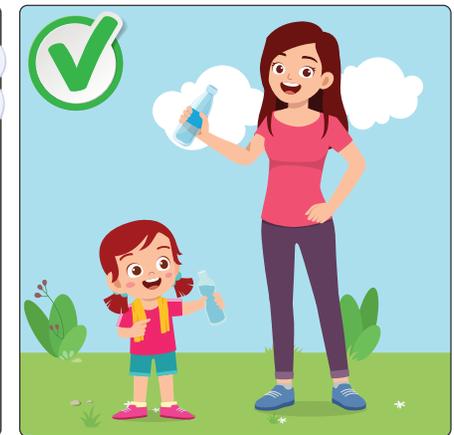


Las prácticas de los adultos afectan la salud de los niños. Fumar, tomar bebidas alcohólicas o ingerir sustancias que crean dependencia en presencia de niños, pone en riesgo la salud de ellos, por dos motivos:

1. Un niño respira más veces que un adulto, así que el humo del cigarrillo entra más veces en el sistema de un niño, pudiendo ocasionarle problemas de salud. (Asma, tos frecuente, alergias, entre otros).

Un adulto bajo los efectos del alcohol o de otras sustancias que afecten su comportamiento, pone en riesgo a los niños, funcionando menos su equilibrio, su sentido de protección o de toma de decisiones.

2. Los niños son grandes imitadores, harán lo que vean que los adultos a su alrededor hacen.



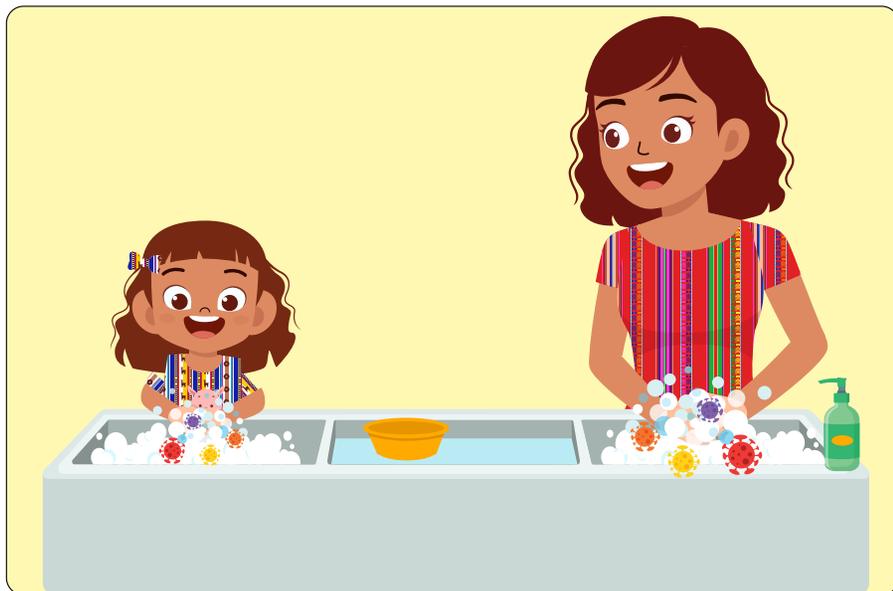
¿Qué hacer?

- 1 Tener rutinas sanas en casa, comer a la misma hora (desayuno, almuerzo, cena y de ser posible refacciones). También se debe procurar que los niños de edad primaria (7 a 12 años) duerman

antes de las 9:00 de la noche. Un niño cansado, no tendrá un buen comportamiento, su desarrollo y su capacidad de aprender, también se verán afectados.

- 2 Si ve cambios en el peso, en el comportamiento o en el ánimo de los niños que tiene a cargo, debe consultar con un profesional. Asistir a un Centro de Salud, hospital cercano o alguna organización que brinde servicios médicos, es importante. La salud de los niños no se mide únicamente por síntomas como fiebre o tos, a veces el estado de ánimo de ellos puede cambiar y un especialista puede ayudarnos, antes que se vuelva algo más grave.
- 3 Mantener los ambientes del hogar limpios, no solo ayuda a que los niños adquieran menos enfermedades, sino también les brinda un buen ejemplo. Evitar acumular trastos sucios, mantener sábanas, toallas y ropa limpia, nos ayudará a evitar enfermedades.

Una buena práctica en el tema de la limpieza es que los adultos hagan lo que quieren que los niños realicen. Por ejemplo, cepillar los dientes y pedir a los niños que lo hagan también, después de cada comida. Lavar el rostro en las mañanas y las manos, antes de cada comida.



Con lo que se ha aprendido, esta semana...

Se compromete a:

Incluye hoja opcional de guía alimentaria para Guatemala y tabla para horas de sueño.



Conociendo a los niños

Tema 2. Las emociones y las habilidades sociales



¿Qué hace usted cuando se enoja?
¿Qué hace su hijo/a cuando se enoja?



Principal Aprendizaje: Tanto los adultos como los niños tienen emociones. El miedo, el enojo, la alegría, la tristeza, entre otros, son emociones, y estas son pasajeras, es decir que vienen y se van.

Es importante ponerle nombre a lo que se siente, y estar consciente que NO son estados permanentes. “No soy enojada”, “me siento enojada por que se me quebró el vaso”.

Ayudar a los niños a comprender que tienen emociones, y que conozcan como se llama lo que sienten, así como respetarlas, es importante para desarrollo emocional de los niños.



Las emociones, cuando se ponen en palabras, permiten una mejor comprensión de cómo se siente la persona y ayuda a tranquilizar los efectos corporales (nudo en el estómago, dificultad para respirar, empuñar las manos, etc.).



Las emociones son pasajeras, no son estados permanentes. Un niño puede creer “te odio, siempre te voy a odiar”, porque un día se enojó con alguien. Pero debe enseñársele que “ahora” se siente enojado, y va a pasar, esto le ayuda a identificar que no se sentirá así siempre.



Los sentimientos son importantes y deben respetarse, aunque no se esté de acuerdo. Tanto de adultos como de niños.



Ampliar el vocabulario de los niños, en relación con las emociones, les ayuda a conocer y nombrar de mejor manera, lo que sienten. Conocer que no está “malcriado”, se siente “frustrado”, porque no pudo salir a jugar. Conocer más emociones es saludable para niños y para adultos.



Cuando el niño identifica lo que siente, también puede estar consciente de lo que le pasa a su cuerpo, y de los pensamientos que tiene. Esto le ayuda a sentir control en lo que hace.



¹ J. Siegel Daniel, Payne Bryson Tina. El cerebro del niño, libro de ejercicios.



¿Qué hacer?

- 1 Cuando un niño tiene un mal comportamiento, es importante, que, al estar más tranquilo, preguntarle, ¿qué pasó?, ¿qué sentía?, etc. Muchos niños actúan con enojo, cuando lo que sentían era vergüenza o temor, es importante que el adulto le ayude a identificar lo que sienten y qué puede hacer la siguiente vez que se sienta así.
- 2 El mejor aprendizaje para un niño sobre cómo manejar sus emociones, vendrá de los adultos que le rodean. ¿Qué hacemos en casa cuando nos enojamos? Si gritamos, el niño aprenderá a gritar, si se usan los golpes, el niño aprenderá que debe enfrentar las dificultades, con golpes. Identificar la emoción, respirar profundo cuando hay situaciones fuertes, expresar con palabras respetuosas lo que se siente, e incluso, pedir que se hable más tarde, cuando estén más tranquilos, son buenas opciones.
- 3 Hay niños que son menos expresivos, en esos casos es posible animarlos a dibujar cómo se sienten. Al realizar su dibujo, se puede conversar sobre las emociones y recordarles que éstas son temporales, pasan.



¿Qué puede hacer esta semana para manejar mejor sus emociones y ayudar a su hijo/a?

• Temas 3 y 4 •



El afecto y las
relaciones saludables



El afecto y las relaciones saludables

Tema 3. El apego y su efecto en los niños



¿Cómo hago sentir seguro y amado a mi niño?



Principal Aprendizaje: El apego en los niños es el vínculo que se crea entre el niño y las personas que le rodean, por lo que es muy importante y se convierte en la base de sus relaciones a futuro. Por ejemplo, la forma en que se relacionará con sus maestros, sus compañeros, más adelante en el trabajo, o en el matrimonio, incluso, cuando sea padre o madre.

El apego tiene dos ingredientes básicos: **el amor y la seguridad**. Para desarrollar un apego saludable en los niños, debemos hacerlos sentir amados y seguros.

-  Un niño que se siente amado y seguro en el hogar tiene más oportunidades de aprender, de hacer amigos y de desarrollarse en general.
-  El tipo de relaciones que el niño desarrolla a temprana edad es una especie de “molde”, que es muy probable que replique en sus otras relaciones a lo largo de su vida.
-  El tiempo de calidad, pero también la cantidad de tiempo que pasamos con los niños es importante. La respuesta que damos ante su llanto, cuando tienen hambre, o están enfermos, todas esas son oportunidades de construir apego.
-  Si por una u otra razón no fue posible estar presente o al 100% en la crianza de los hijos en sus primeros años, aún puede re construir un vínculo y restaurar el apego. Teniendo tiempo exclusivo con cada niño, conociéndolo y respondiendo ante lo que siente y lo que piensa.



La seguridad que un niño tiene con el adulto que le representa apego, es muy importante. Saberse amado independientemente de sus errores, conocer que hay disciplina y límites sin caer en maltrato, pero también conocer que puede expresar lo que siente y piensa, es muy importante para el apego seguro.

El balance de los padres



¿Qué hacer?

- 1** Intente pasar tiempos exclusivos con cada niño. Una buena actividad puede ser reservar 15 minutos a la semana con cada niño, donde usted le diga “este es tu tiempo”, y el niño sea quien dirija un juego, coloree o haga algo donde usted participe, pero el niño sea quien lidere la actividad. Esto le permitirá a usted, conocer más al niño, con intención de ver como piensa, como se siente, etc. Y para un niño es muy importante sentirse visto y apreciado (no se recomiendan actividades relacionadas con dispositivos o pantallas electrónicas).
- 2** Utilice cada momento que le sea posible durante el día, para ver a los ojos a los niños, cuando le pidan algo, cuando le hagan una pregunta, o sencillamente cuando le cuente algo. El contacto visual es importante para los niños y para los adultos.

- 3 Cuando llame la atención de sus hijos por algo malo que hicieron, no descalifique al niño, descalifique la acción. Por ejemplo; en vez de decir "dejá de subir los pies a la mesa, siempre lo mismo, parece que no entendés". Podría decir "subir los pies a la mesa, la arruina, queremos muebles limpios y bonitos, baja los pies por favor".



Los niños se sienten amados y seguros, cuando se sienten escuchados.

Si tiene varios hijos...

¿ Se compromete a dedicar 15 minutos a la semana a un niño a la vez?

Incluye hoja "sugerencia para niños pequeños".



El afecto y las relaciones saludables

Tema 4. Personas importantes para los niños



Mencione 3 personas de apoyo en su vida. Imagine que tiene una emergencia, ¿quiénes son esas 3 personas a las que podría acudir?



Principal Aprendizaje: Tanto la familia, como el ambiente y las personas con las que se desarrolla un niño, son importantes. La interacción, explorar el mundo que lo rodea, las palabras, los juegos, todo esto va sumando en la vida de los niños.

Más aún, las personas y el tipo de vínculo que desarrolla. Es importante que todo niño desarrolle afectos saludables hacia otras personas (tíos, abuelos, maestros), también le ayuda en su habilidad para relacionarse con distintas personas.

Las interacciones sanas, ayudan a que los niños tengan habilidades sociales, y fortalece su personalidad.



El padre y la madre son idealmente los adultos que más deberían interactuar en los primeros años, con los niños. Sin embargo, esto no resta la importancia de que los demás miembros de la familia interactúen con los niños, siempre en ambientes donde los niños se sientan cómodos y sean espacios seguros, libres de violencia, sustancias que crean dependencia o de algún maltrato.



Aunque los niños estén durante el día al cuidado de alguien más, los padres deben conocer qué hacen durante el día, si comieron, o cómo estos adultos ejercen disciplina en los niños. Esto es importante para prevenir abusos.



Los niños, por su misma condición de niños, son sensibles a ser engañados o amenazados y esto puede colocarlos en riesgo. Para estar alertas ante relaciones perjudiciales para los niños, es importante enseñarles que "NO SE GUARDAN SECRETOS" con los padres. Los secretos son aquellas cosas que se mantienen ocultas, y no hay una buena razón para mantener cosas ocultas de quienes nos aman.



Los niños aprenden principalmente por imitación. Estar en ambientes donde hay consumo de alcohol, palabras vulgares, golpes u otros elementos de riesgo, no es adecuado para los niños. Estas NO SON relaciones saludables. Se debe evitar exponer a los niños a estos ambientes.



Para identificar ¿cuáles son relaciones saludables para los niños?, es posible pensar en aquellos que hacen sentir querido y seguro al niño. Por lo general cuando un niño está en situaciones de riesgo, el mismo niño se siente incómodo o inseguro, estar alertas ante lo que dice el niño, lo que juega, o si tiene cambios en su comportamiento, es importante.



• Temas 5 y 6 •

El comportamiento de los niños





El comportamiento de los niños

Tema 5. Conductas que nos preocupan I



¿Cuáles son las principales conductas, de mis hijos, que me preocupan?



Principal Aprendizaje: Las conductas en los niños son formas de comunicar algo más. Los berrinches, dejar de hacer algo, tener comportamientos por debajo de su edad actual, mostrar irrespeto, entre otros. Son formas de comunicar algo.

Es importante conocer realmente a los hijos y poder guiarlos hacia comportamientos adecuados, para que, al estar sin la presencia de los padres, puedan tomar buenas decisiones.



La vergüenza que puede provocar el comportamiento de un niño, no debe ser la razón principal por la cual se corrija la conducta. Es importante conocer las intenciones, ¿por qué hizo lo que hizo?



La disciplina NO se trata de "HACER LO QUE YO DIGO, PORQUE YO LO DIGO". Es importante saber que los niños están en un proceso constante de aprendizaje y la meta es enseñarles a tomar buenas decisiones, esto se logra poniendo límites con amor y firmeza.



Centrarse en todo lo que "NO" debe hacer un niño puede ser frustrante para padres e hijos, es mejor la anticipación y decir lo que SI puede hacer. (En la siguiente sesión se verán algunos ejemplos).



Castigar a los hijos no es la mejor ni la única forma de lograr buena conducta. Con el tiempo, eso lastima la relación con

ellos, puede provocar temor, resentimiento y afectar su propia estima, es decir, la imagen que tiene de sí mismo.



Es importante recordar que la meta en cuanto a corregir comportamientos no es **mandar y castigar**, el objetivo final debe ser **enseñar**.



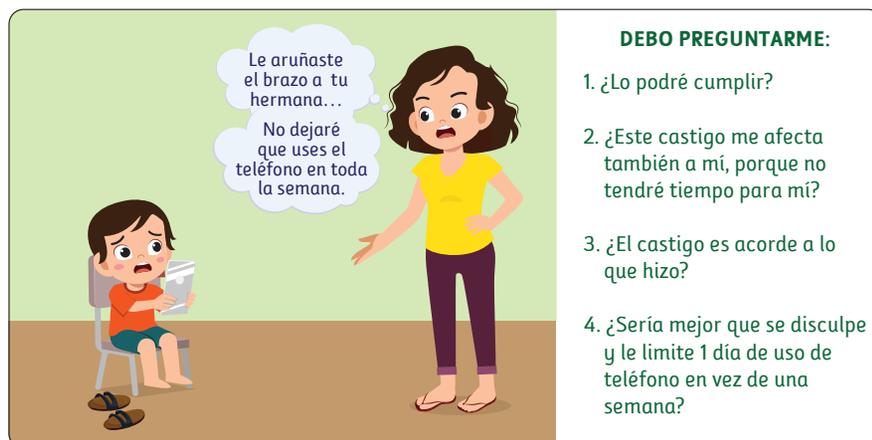
¿Qué hacer?

- 1 Antes de cualquier tipo de corrección, es importante estar en calma. Si aún hay fuerte enojo, es mejor tomar 5 minutos aparte, respirar profundo y tranquilizarse. Esto evitará que, en vez de corregir, descargue ira y lastime física y/o emocionalmente al niño.
- 2 PREVENIR. Como adultos es posible ayudar a los niños a tener un buen comportamiento, ¿cómo?, ANTICIPANDO!, ayudando a hacer lo correcto.

Continúa: Página 17...

Situaciones	Lo que podría hacer
Si deben salir de un lugar que al niño le gusta mucho.	Anticipar minutos antes de salir (por ejemplo, en 5 minutos debemos irnos...posteriormente, en 2 minutos debemos irnos).
Al visitar un lugar donde por lo general el niño tiene un comportamiento que no es adecuado.	Proporcione pocas reglas y con claridad. Brindando opciones de que Si puede hacer y que No.
Si se va a hacer un viaje largo, y el niño tiene hambre o está aburrido, es muy probable que tenga un mal comportamiento.	Enseñarle al niño a que juntos hagan un "bolso de viaje", puede ser divertido y le enseñará a anticiparse. (Empacar algunas galletas, dulces si padece de nausea, un par de juguetes o algo para colorear).

3 Al momento de dar consecuencias, estas deben ser reales e inteligentes. Enfocadas en enseñar y de acuerdo con la falta cometida.



¿Qué de lo aprendido puede ponerse en práctica esta semana?
Puede ser dejar de hacer algo que es negativo.

Incluye hoja "Sugerencias para el control de la ira"



El comportamiento de los niños

Tema 6. Conductas que nos preocupan II



¿Cuáles de mis conductas me gustaría cambiar?



Principal Aprendizaje: Los niños aprenden viendo, explorando e imitando. Es importante conocer como está siendo el ambiente de casa. Si los adultos alrededor del niño usan palabras vulgares, resuelven sus conflictos con gritos o golpes, dejan de hablarse o golpean cosas. Aunque se les diga a los niños que no lo hagan, éste por naturaleza aprenderá por el modelaje.



· Así como se brinda alimento, comida, salud, educación y vivienda a los niños, de la misma forma es importante dar halagos y estimular el buen comportamiento.



· Estimular las habilidades físicas (aprender a caminar, a comer solos, a bañarse, etc.) es tan importante como las habilidades socio-emocionales, y estas son básicamente la capacidad de conocer y manejar sus emociones, e interactuar con otros. En casa los niños deben aprender a: escuchar a otros, esperar su turno, compartir, hacer amistades, entre otras habilidades para la vida.



· Una de las mejores formas de enseñarles a los niños a resolver problemas de forma saludable, es el juego. Jugar en la niñez es una de las mejores formas de aprender, compartir, seguir reglas, etc.



· El “tiempo de calma” es una buena herramienta para adultos y niños. Es útil para tranquilizarse, y evitar actuar impulsados

por el enojo. En la sección “qué hacer” se darán algunas ideas. Pero algo muy importante es recordar que los adultos modelan a los niños, en el día a día, la forma de actuar ante un enojo o molestia.



· En la sesión anterior hablamos de evitar saturar de NO a los niños y centrarnos en lo que SI pueden hacer, a continuación un ejemplo: (la constancia, amor y firmeza son indispensables).

NO	SI
No subas los zapatos al sillón de la tía.	Puedes estar sentado con los pies abajo, así este sillón seguirá viéndose bonito.
No le tires el borrador a tu hermano.	Puedes recoger el borrador y darlo con respeto a tu hermana, por favor.
No saltes en la cama.	Si saltas en la cama se va a arruinar y te puedes golpear. Podría dibujar con yeso un círculo o con masking tape.



¿Qué hacer?

1 “Tiempo de calma”. Cuando hay enojo, disgusto, etc. es posible decir y hacer cosas que lastimen a otros. Por esto es importante tomar un tiempo para tranquilizarse. Algunas ideas para adultos y niños:

- Sentarse y sencillamente respirar profundo de 10 a 15 veces.
- Contar los segundos durante un minuto, en calma.
- Sentar a su hijo en sus piernas y solamente, en silencio, abrazarlo (esto aplica cuando el adulto está en calma).

- 2 Las rutinas diarias, ayudan al buen comportamiento de los niños. Levantarse a la misma hora, acostarse temprano, desayunar, refaccionar, almorzar, refaccionar y cenar en los mismos horarios, les dice a los niños qué esperar y en qué tiempo.
- 3 Cuando en casa hay niños con “mucha energía”. Es importante identificar si necesitan más actividad con algún evento en especial o a cierta hora (en las mañanas, cuando van a ir a cierto lugar, etc.). Conocerlo ayuda a planificarle actividades físicas aún en casa, para que puedan usar su energía de manera positiva y controlada. Bailar, saltar, hacer ejercicio, son algunas opciones. Pero cada día en diferentes momentos es bueno que le abraze y le recuerde que le ama, sentarlo a su lado y pasar su mano por su espalda de forma cálida, le ayudará a sentirse seguro y amado.



¿Puede poner en práctica alguna de estas acciones esta semana?

Incluye las hojas:
"Sugerencias para padres de niños agresivos" y
"Reglas en la familia".

• Temas 7 y 8 •

Desarrollando habilidades en los niños





Desarrollando habilidades en los niños

Tema 7. Conociendo habilidades y debilidades



**¿En qué es muy bueno mi niño?
¿En qué necesita más ayuda?**



Principal Aprendizaje: Como padres, madres y cuidadores primarios en general, la principal meta en la crianza es CONECTAR emocionalmente con los niños. Y para esto es indispensable, hacerlos sentir amados, seguros y conocerlos. De esta forma, también es posible ayudar a que se conozcan a sí mismos.

Si saben en qué son buenos esto les motiva e incrementa su autoestima. Y al conocer sus debilidades de forma saludable, pueden esforzarse más o incluso saber cuándo necesitan pedir ayuda.

· Es importante conocer la personalidad de los niños, la forma en que tiende a comportarse con pares y en otros ambientes. Observar su juego, es una excelente forma de conocer esto. Identificar si tiende a ser sociable, tímido, voluntarioso, etc.

· Identificar las características individuales propias del niño, sin comparaciones. Conocer sus habilidades físicas, emocionales, y de conocimiento, así como sus debilidades, es un buen punto de partida, para apoyarles, anticiparse, o reforzar.

· Nada mejor que celebrar las fortalezas de los niños. Por ejemplo; ¿es un niño amigable?, celebrar su capacidad de hacer amigos. Los adultos por lo general halagamos los aspectos físicos, pero es importante que festejar características y actos positivos, la forma en que comparte, o el cariño que muestra a sus hermanos, por ejemplo.



· Cuando un niño no logra avanzar en la escuela, en algún deporte, o en aspectos de la vida diaria (constantemente sale de control cuando se enoja, muerde, pega o tiene otras acciones que no son correctas), el adulto puede identificar esa tendencia, hablarlo con el niño para mostrarle que es algo en que pueden trabajar y que, aunque el niño vuelva a fallar, sigue siendo amado (en casos especiales deberá buscar apoyo de un profesional).



· Halagar aún las cosas más pequeñas en nuestros hijos, contribuye a su seguridad y estima. También les permite conocer sus fortalezas y aquello en lo que puede mejorar.

Elogiar a los niños es ¡MUY BUENO!

Decirles lo que hacen bien y lo que aprecia de ellos, les fortalece.

- Me encanta la forma en la que saludas en casa de la abuelita.
- Que bien te quedan los dibujos cuando los pintas así.
- Gracias por ayudar en casa, con lavar los trastos.
- Me gusta que me tengas confianza y me cuentes cuando algo te molesta.



¿Qué hacer?

- 1 Ser específicos en lo que se agradece o aprecia de los niños al momento de halagarlos, les ayuda a comprender mejor sus fortalezas y lo hace más real para ellos.
- 2 Tener áreas en las que es necesario mejorar o sencillamente no se es bueno, es normal. Para identificar y apoyar estos aspectos en los niños, es indispensable conocerlos, y hacerlos saber con afecto. Apoyarse en profesionales de psicología, trabajo social o maestros puede ser de ayuda para los padres y de esta forma contar con ideas para realizarlas en familia.
- 3 Los niños en edad escolar son capaces de comprender y expresarse con palabras, pero es algo que el adulto debe estimular. Es positivo que al menos una vez a la semana se les

pregunte a los niños lo más fácil y lo más complicado en la escuela (por ejemplo). Esto abre la conversación hacia lo que puede mejorarse, donde se necesita ayuda o lo que sencillamente se debe celebrar.



¿Puede decir 2 cosas en las que son muy buenos sus niños?

¿Cómo puede hacérselos saber en esta semana?



Desarrollando habilidades en los niños

Tema 8. Juntos hacemos más



¿Cómo cree usted que puede ayudar a su hijo a ser la mejor versión de sí mismo?



Principal Aprendizaje: Algunos adultos creen que el “apego” (hacer sentir queridos y seguros a los niños) solo es importante en su etapa de bebés. Sin embargo, esa construcción de amor y seguridad debe mantenerse a lo largo de la vida.

Las repetidas interacciones saludables le dan el mensaje al niño de cuanto le importa al adulto y esto abre la oportunidad para guiarlo hacia el fortalecimiento de sus habilidades y trabajar en sus debilidades ¡JUNTOS!

-  Los adultos pueden anticipar un mal comportamiento y darles opciones a los niños, antes de que a situación se dé. Ayudándole a identificar lo que hace bien y lo que debe dejar de hacer o sustituir (por ejemplo, la forma en que reacciona cuando alguien le pide que comparta).
-  Usted es alguien importante en la vida de sus hijos. Sus halagos, llamados de atención y guía, son fundamentales para su desarrollo y crecimiento hacia la adolescencia y la adultez. Recuerde que en su vida recibirá muchos halagos y llamados de atención, unos serán amables y otros no. Procure que en familia sea el lugar donde construye la seguridad en sí mismo.
-  Todo niño, niña o adolescente, necesita por lo menos un adulto cercano y que le ame. Por años se ha demostrado que contar con esa persona hace sentir seguros a los niños y esto fortalece sus aprendizajes escolares, sociales e incluso su crecimiento físico y

emocional. Si usted es ese adulto, el niño estará más dispuesto a escuchar tanto sus halagos como sus llamados de atención.



· **Felicitar en público y llamar la atención en privado**, puede ser un buen principio para que los niños no se sientan avergonzados, pero también para que estén más dispuestos a escuchar y sepan que el adulto **no aprueba** la acción, pero sigue queriéndole.



· “Juntos hacemos más”, porque los niños junto a los adultos que los aman son un solo equipo, que día con día construye en el amor propio, los conocimientos escolares, el crecimiento físico, las habilidades sociales, y todo lo que la niñez necesita para crecer sana y feliz. Padres, madres, maestros, líderes religiosos y niños, niñas o adolescentes, no son equipos rivales. ¡Todos JUNTOS podemos hacer una mejor sociedad, apoyando a la niñez AHORA!





¿Qué hacer?

- 1 Establecer equilibrio, promoviendo como padres, que los niños aprendan números, letras, etc. Pero también que adquieran habilidades para relacionarse con otros, estimular la paciencia, el respeto, la perseverancia, entre otros aspectos positivos para que puedan y sepan convivir en sociedad.
- 2 Para que un niño se desarrolle de forma positiva, es importante que sea y se sepa aceptado como es. Esto significa que los adultos alrededor pueden hacerle saber lo que admiran y aprecian, pero también le expresan formas de mejorar aspectos que puede cambiar, como la puntualidad, la forma de responder, etc.
- 3 Juntos pueden mejorar comportamientos. Sea un ejemplo al decir “gracias”, “por favor”, en casa. Portarse cooperativo y respetuoso con los vecinos, es una forma de modelarle al niño una buena conducta.



¿Qué puede hacer esta semana, que sea un buen ejemplo para su hijo?

Incluye hoja “apoyo a las relaciones entre niños y adultos” y hoja “Inteligencias múltiples”.

• Temas 9 y 10 •
**Prevención y
protección**





Prevención y protección

Tema 9. Los derechos y obligaciones de los niños y los padres



¿Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derechos? (si su respuesta es SI, mencione 3).



Principal Aprendizaje: Los países han reconocido los derechos de los niños y las niñas, se ha declarado que para que puedan crecer de forma sana y desarrollar habilidades, deben tener un ambiente que sin necesidad de lujos, les proporcione cuidado y protección. Esos son los Derechos del Niño que **aplican para toda persona menor de 18 años**. Sin importar su condición física, económica, grupo étnico, religión, etc.



Los derechos incluyen responsabilidades y obligaciones. Cada país que ha reconocido los Derechos de los Niños adquiere compromisos como gobierno, diseñar leyes, protocolos, políticas, etc. que protejan en este caso, a la niñez. Así también, los padres, madres, maestros, familias, y demás adultos que tenemos a nuestro cargo niños, adquirimos la responsabilidad de velar por su bienestar, sin discriminación, no importando si se portan bien o mal, si es un bebé, si es niño o niña, todos merecen cuidado y protección.



Años atrás, los niños eran vistos con lástima o desde un punto de vista caritativo. Pero ahora, debemos reconocer que la niñez es una etapa importante de la vida de todo ser humano, y tienen derechos (más adelante los veremos).

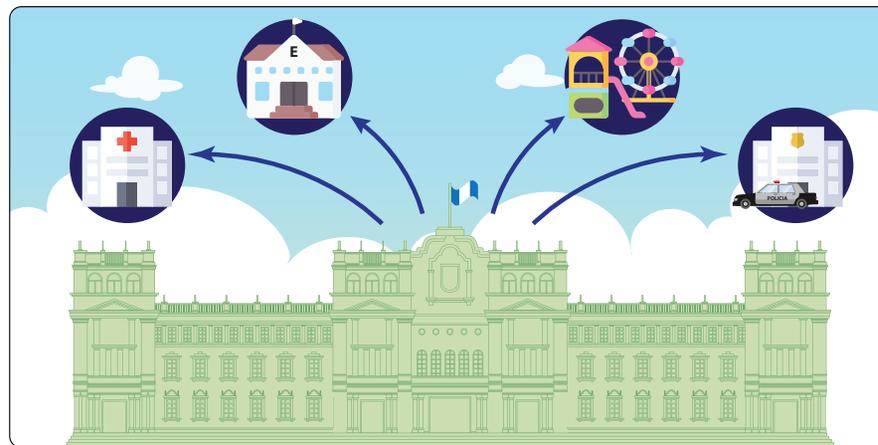


Los derechos de los niños se basan en 4 principios:

1. **La no discriminación.** Todos niños y niñas, tienen los mismos derechos.
2. **El interés superior.** Esto significa que toda decisión que un adulto tome debe ser pensada en función de cómo esta afecta a los niños.
3. **El derecho a la vida y el desarrollo.** Todos los niños y las niñas tienen derecho a vivir, desarrollarse, crecer y alcanzar su máximo potencial. Para esto necesitan afecto, alimentación, educación, atención médica, juego, etc.
4. **La participación.** Los menores de 18 años tienen derecho a ser escuchados, a dar su opinión, teniendo en cuenta su madurez su nivel de participación puede incrementarse.



Conocer estos derechos y sus principios nos ayuda a proteger a los niños y ayudar a que crezcan sanos y felices.





¿Qué hacer?

- 1 Leer la hoja adjunta de los “Derechos de los niños” (se incluye en esta sesión), de preferencia si se puede tomar un tiempo para hacerlo en familia y colocarla en un lugar visible.
- 2 Hablar con los niños sobre las obligaciones, puede ser durante la cena y animarlos a que piensen en las obligaciones que tienen. Mencionar 2. Por ejemplo, un niño tiene derecho a la atención médica. Su obligación es tomar su medicamento, evitar el exceso de dulces o comida chatarra.
- 3 Reflexione, cuando usted era niña/o, posiblemente no se hablaban estos temas. Contarle a los niños sobre ese tiempo y como no se conocían los derechos de los niños, puede ser interesante, así como transmitirle lo feliz que está de tener más conocimiento y herramientas para cuidarlos.



¿Qué Derecho no conocía y debo fortalecer?

Incluye hoja “Derechos del niño ” y “Derechos de los niños gráfico”.



Prevención y protección

Tema 10. Amados y seguros



¿Cuándo fue la última vez que sintió que su hijo o hija estaba en riesgo o en peligro?



Principal Aprendizaje: Los niños se sienten amados cuando se sienten seguros. Sin embargo, en ocasiones los niños pueden estar en riesgo por ignorancia de quienes les cuidan, por accidente o por negligencia.

Los adultos deben proteger a los niños a su alrededor, aún más a aquellos que están a su cargo, un buen primer paso es la prevención.

• La negligencia es... cuando pudiendo hacerlo no satisfacemos las necesidades de un niño. Estas pueden ser necesidades físicas o emocionales. También la negligencia puede ser producto de la falta de cuidado, en este caso, de no cuidar de forma correcta a un niño.

• No todos los accidentes pueden prevenirse. Pero vale la pena tener ambientes seguros que pongan en el menor riesgo posible a los niños.

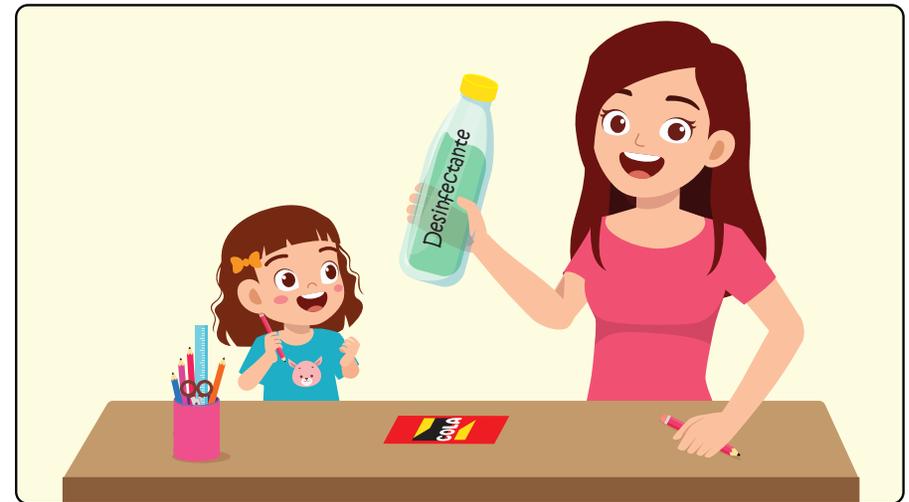
• Los riesgos físicos son aquellos que lastiman de forma física a un niño o una niña. Esto puede ser a través de golpes, abuso sexual, efecto de una mala alimentación, poca higiene o cuando no se buscan los servicios médicos y son necesarios para la atención oportuna.

• Riesgos sociales, son aquellas situaciones dentro de la familia o fuera de ella que pueden afectar el bienestar y desarrollo de los niños. Por ejemplo, la delincuencia en la comunidad, el alcoholismo en la familia, la violencia, por citar algunos.



• Como se ha mencionado, la prevención es de gran ayuda para proteger a los niños. Aquí 3 ideas:

- Enseñar a los niños a mantenerse lejos de la estufa cuando está encendida o tiene utensilios calientes.
- Si se está cocinando en estufa de gas o de leña, es importante mantener los mangos de los sartenes o las orejas de las ollas hacia adentro de la estufa. Evitando que alguien pase y por accidente bote el trasto al rozarse con el mango.
- Guardar medicinas en cajas bien cerradas o en estantes altos. En el caso de jabones o desinfectantes, también deben estar lejos del alcance de niños y si se guardan en botellas de agua o de jugo, es mejor marcar con marcador el líquido que contienen, para evitar que alguien lo tome por error.

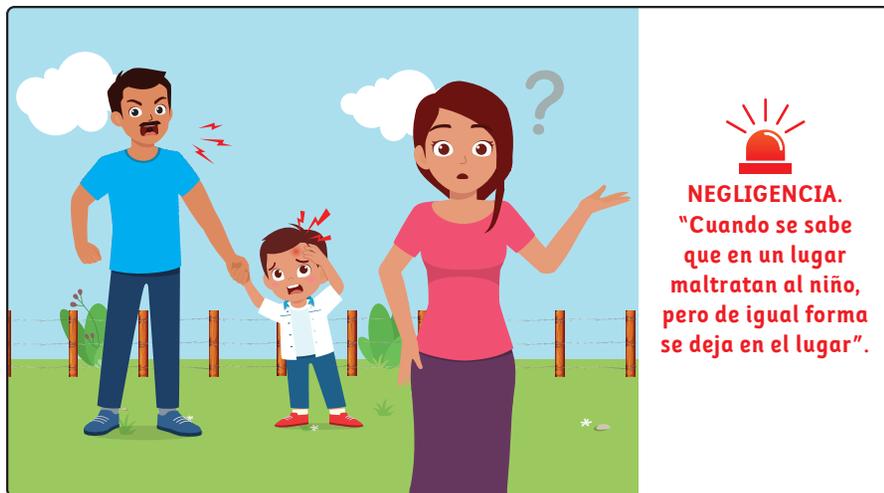


¿Qué hacer?

- 1 Para prevenir accidentes durante el momento de juego, sobre todo si este es fuera del hogar, es importante que los niños estén bajo supervisión de un adulto. Enseñarles a cruzar la calle y a pedir ayuda cuando se sienten amenazados.

- 2 Es importante pedirles a los niños que no hablen o se vayan con personas que no conocen. En especial el uso de la tecnología y la comunicación en redes sociales debe ser supervisada por los adultos, y tener la misma instrucción: no hablar en redes, con personas que no conocen, no compartir fotos, dirección u otros datos personales.

- 3 Si hay sospechas de maltrato o de descuidos en algún lugar donde los niños son atendidos, es necesario dejar de llevarlos inmediatamente, buscar más información de la situación -sin culpar a los niños-. Recuerde, puede poner una denuncia, esta puede ser a su nombre o anónima. (Adjuntamos hoja de contactos de donde poner denuncias en Guatemala).



¿Algo de esto no sabías?

¿Qué hará esta semana con lo aprendido?

Incluye hoja "Números de teléfono en casos de emergencia o para poner una denuncia".

• Temas 11 y 12 •

La familia





La familia

Tema 11. La familia, principal lugar de aprendizaje



¿Puede pensar en algo que sus padres le enseñaron y a la fecha practica?



Principal Aprendizaje: La familia es el principal lugar donde se desarrollan las relaciones, los aprendizajes, afectos, y el primer nivel de socialización de los niños. La familia puede ser por relación de parentesco, poder legal o por afinidad.

Y por esta cercanía, la familia tiene el poder de construir o de destruir, de proteger o de desamparar a los más vulnerables, los niños.

• Antes del aprendizaje en una escuela, existe lo que se aprende en casa, en familia. Y esto puede ser que se modele sin intención o que claramente se enseñe. La familia es el principal círculo de aprendizaje para la niñez.

• La forma en que se actúa en casa cuando se enojan, se hace algo que no es correcto, si se pagan las deudas, o como se vive la muerte de un ser querido, todo se va absorbiendo desde los primeros años de vida.

• En familia se aprende tanto lo negativo como lo positivo, la forma en que se reconcilian, se perdonan, o se expresa felicidad, así como la manera en se celebran las fechas importantes. Si se está consciente de esto, los niños aprenderán formas correctas de expresarse y relacionarse.

• Durante la crianza de los niños, puede que, por una u otra razón, no se haya tenido a un niño desde sus primeros años, nunca es

tarde para enseñar y para aprender. La constancia, las rutinas, las formas correctas de corrección vez tras vez y, sobre todo, el ejemplo, va sembrando en ese niño un día a la vez.



• En la familia se anima a los niños y niñas a ir a la escuela, para que aprendan sobre números, historia, lectura, y más. Pero la familia tiene el privilegio y la responsabilidad de enseñar a los niños a comportarse, decir gracias y por favor, a conocer formas de disculparse o de perdonar, a relacionarse de manera sana socialmente. Esto debe enseñarse desde casa y reforzarse en la escuela.



¿Qué hacer?

- 1 Sin importar la edad de los niños, desde los más pequeños hasta los más grandes, recuérdelos normas básicas de respeto, como por ejemplo decir gracias y por favor. Pero lo más importante, cuando los adultos pedimos o damos algo, también tenemos que usar estas palabras.

- 2 Decir la verdad, esperar el turno en una fila, evitar peleas innecesarias con vecinos y familia, son algunas oportunidades que podemos usar para que los niños vean formas de relacionarse saludablemente.
- 3 En ocasiones los adultos podemos usar palabras que insultan, se burlan o humillan a otros. Alguien que no nos cae bien, o que incluso hizo algo en contra nuestra. Sin embargo, los niños escuchan la forma en que los adultos nos expresamos y esas mismas palabras las repetirá con sus compañeros de la escuela, con los maestros o con los amigos con los que juega en la cuadra. Evite usar ese tipo de expresiones. Y si no las usa, y su hijo las dice por haberlas escuchado en otro lugar, recuérdelo que “no usamos palabras que lastiman”.



¿Hay algún hábito que ve en usted o en los niños que le gustaría cambiar, en esta semana?



La familia

Tema 12. Lo que debo y no debo repetir



¿Qué sería algo que hicieron durante su crianza y que cree que no debería repetirlo con sus hijos?



Principal Aprendizaje: La sociedad cambia constantemente. En la antigüedad era bien visto que en el centro educativo se aplicara castigo físico a los niños, tampoco se había identificado como delito el abuso a los niños, o el trabajo infantil como algo que afecta su presente y su futuro.

Nuestros padres seguramente cometieron muchos errores, algunos que es fácil dejar pasar y otros que pueden haber hecho mucho daño, sin embargo, SÍ hay algo que se puede hacer:

1. Perdonar
2. No repetirlo

Al ser niño o niña podía pensar, ¡nunca haré esto con mis hijos!. Pero ahora puede que este haciendo exactamente eso, esto sucede generalmente cuando no se logra “unir” o “reconocer” lo que pasó y perdonar.

Ahora se cuenta con grandes ventajas que en el pasado no se tenían, información, acceso a videos, libros, o material como este, profesionales y lugares donde se pueden aprender mejores formas de criar a los hijos.

Hay elementos de la cultura que sencillamente se repiten porque “así se hace o porque así lo hicieron”. Es importante pensar si es algo que beneficia a los niños y su futuro. Por ejemplo, el trabajo infantil, adentro o fuera del hogar. Si es algo donde los niños

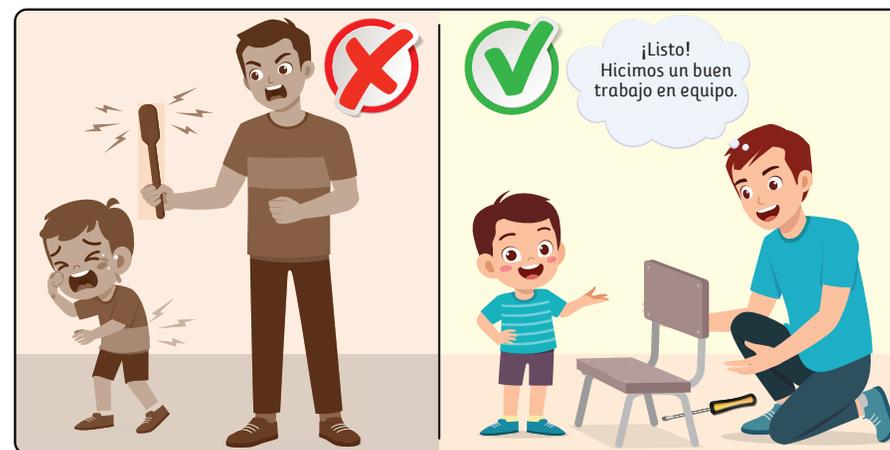
aprenden, sin sacrificar sus estudios y recreación, puede ser muy valioso. Pero si por ganar dinero hoy, los niños no gozan de ser niños, estudiar, jugar, etc. se está sacrificando el futuro de los niños.



Preguntarse, ¿me gustaría que mi hijo o hija fuera un padre o una madre como yo?, esto puede revelar si hay cosas que podría mejorar o dejar de hacer. Es muy probable que su hijo repita al tener su propio hogar, la forma en que fue criado. Por esto es tan importante reflexionar en este tema.



La historia de cada persona tiene mucho que ver con cómo es en el presente. Sin embargo, es posible identificar lo que SÍ y lo que NO se quiere REPETIR.



¿Qué hacer?

- 1 Ver fotografías de su niñez con sus hijos, o contar anécdotas sobre la forma en que creció, puede ser una actividad divertida, compartiéndoles alguna enseñanza. (Es importante que cuente cosas positivas o cosas que sean de utilidad para sus hijos).

- 2 Comparta con sus hijos la forma en la que se entretenían de niños, cuando no había acceso a celulares, tabletas, o incluso televisión. Anímelos a intentar algún juego positivo que practicaban en su niñez.
- 3 Hable con sus hijos, recuérdelos que pase lo que pase pueden confiar en usted. Posiblemente durante su niñez no había esa confianza con los padres y por eso usted tuvo que enfrentar muchas cosas sin guía, converse de eso también con sus hijos, insistiendo en que usted si quiere tener esa confianza con sus hijos y aunque cometan errores, usted seguirá estando, para ellos.



¿Qué piensa de lo que se ha hablado?

¿Hay algo que pueda empezar a hacer o dejar de hacer?

Incluye hoja "Juegos clásicos en Guatemala".

Guía para la
CRIANZA DE
NIÑOS y NIÑAS
EN EDAD ESCOLAR

