



Una Guía para padres sobre la  
crianza positiva y como  
implementarla.



# Crianza Positiva

# CRIANZA POSITIVA O RESPECTUOSA

## Definición

De manera general, la crianza positiva consiste en un estilo de crianza donde no se utiliza los castigos violentos o agresivos, las humillaciones y reproches como método de corrección ante una conducta que se considera "inadecuada" desde la perspectiva de la madre o padre.

Bajo la misma línea, según la Fundación Paniamor (2016) la crianza respetuosa o positiva se entiende como "un estilo de crianza y educación que promueve una experiencia de cuidado sensitiva basada en: respeto, amor, comprensión, empatía, contacto físico y no-condicionado y comunicación efectiva" (parr,1).



En definitiva, la crianza positiva o respetuosa promueve la educación desde una experiencia basada en el respeto, amor, comprensión y empatía sin la utilización de castigos o consecuencias violentas y humillantes.

# Criando de manera positiva

De esta manera la crianza positiva se basa en el respeto a los derechos de la niñez y adolescencia, promueve la educación sin violencia, se centra en el respeto mutuo y el afecto en la familia.

Para poner en práctica una crianza positiva es importante:

**Conocer y entender a los niños, niñas, y adolescentes, desde cada una de las etapas que están viviendo o su edad:**



¿Cómo se sienten?  
¿Qué piensan?  
¿Cómo reaccionan?

# VIOLENCIA NORMALIZADA

Probablemente, alguna vez ha escuchado el término violencia y por lo general se tiende a considerar en contextos más complejos y agravantes. Sin embargo, cuando se reprende a los hijos e hijas con castigos corporales humillantes o degradantes no se llega a percibir como una expresión de violencia sino incluso como una acción necesaria para la enseñanza.

Por tanto, es importante comprender que el término violencia se entiende como "todo acto que guarde relación con la práctica de la fuerza física o verbal sobre otra persona, animal u objeto originando un daño sobre los mismos de manera voluntaria o accidental". (Pérez, 2022, parr, 1).

Partiendo de este concepto, la UNICEF (2021), describe que la violencia forma parte de lo que vemos e incluso como vivimos cada día. Se observa en televisión, noticias, vecindarios e incluso en las interacciones familiares. Por lo cual, puede llegar a percibirse como algo natural.

De la misma forma, Merchan (2012) explica que a pesar de los avanzados convenios y estrategias para luchar contra la violencia en personas menores de edad, aún existe de manera alarmante en el hogar la puesta en práctica de castigos corporales, humillantes y degradantes que son, como se ha ilustrado, una expresión de violencia.

# VIOLENCIA NORMALIZADA

Así pues, la autora resalta que de alguna forma, todas las personas han tenido relación con esta realidad ya sea “como observadores, porque lo hemos sufrido o porque lo hemos usado para controlar el comportamiento de niños y niñas”. (Merchan, 2012, p. 8).

Por tanto, esto desemboca en que esta práctica parezca natural, “que no tengamos una posición clara al respecto y aceptemos algunos tipos de castigos corporales o algunos humillantes y degradantes”. (Merchan, 2012, p.8) o que se vean como problemas que deben ser abordados de manera directa para eliminarlos.



La UNICEF (2021) comenta que incluso a veces se suele usar la frase “yo fui educado así y funcionó” y la paradoja de esta situación es que muchos de los problemas de hoy en día que enfrentan los adultos se deben, de hecho, al resultado de la violencia utilizada durante su crianza.

Todo lo antes expuesto conduce a la reflexión de que las personas pueden naturalizar la violencia. Sin embargo, **lo normal sería vivir sin violencia.**

# ¿POR QUÉ NO USAR LA VIOLENCIA COMO MÉTODO DE “CORRECCIÓN”?



Según muchos estudios la crianza violenta daña a las personas toda su vida y tiene consecuencias determinantes en niños, niñas y adolescentes:

- Pueden presentar sentimientos de inferioridad e inutilidad. También pueden mostrarse tímidos y miedosos o por el contrario, muy inquietos buscando llamar la atención de los demás.
- Desarrollan sentimientos de soledad y abandono. Pueden sentirse aislados, abandonados y poco queridos.
- Se les dificulta comunicarse y no quieren escuchar. La violencia bloquea y dificulta la capacidad para encontrar modos de resolver conflictos de forma pacífica y con el diálogo.
- Aprenden que la violencia es la mejor forma de resolver los problemas y pueden reproducirla.
- Pueden experimentar miedo y ansiedad debido a la presencia de un adulto que se muestra agresivo o autoritario. Algunos desarrollan lentamente sentimientos de angustia, tristeza y comportamientos autodestructivos como los cortes en su cuerpo.
- Pueden tener una mala imagen de sí mismos, creer que son malos y que, por eso, sus padres los castigan físicamente.

- Pueden llegar a tener problemas físicos por el maltrato o violencia que reciben, incluso pueden morir, en el caso de los niños más pequeños, por no poder defenderse o pedir ayuda. (UNICEF, 2021, P. 11).

## CONSECUENCIAS PARA LA MADRE Y PADRE

Así Merchan (2021), describe las consecuencias que esta forma de disciplina puede generar en los padres:

- Puede producir ansiedad, culpa, tristeza, vergüenza o frustración, así se perciban que su uso es correcto.
- Como consecuencia de los sentimientos de culpa, cuando los padres o madres usan el castigo corporal o los castigos humillantes y degradantes, aparece una necesidad de justificación ante sí mismos y ante la sociedad lo cual no siempre permite hacer cambios personales y en la relación con los niños.
- Dificulta la relación con los hijos y las hijas y genera un ambiente tenso dentro de la familia.
- Cuando en la relación con los niños se usa con frecuencia este tipo de castigos violentos, la comunicación, y sobretodo el vínculo afectivo, se deteriora e incluso puede llegar a destruirse.
- Dificulta el desarrollo del autocontrol: si bien es en la niñez donde se aprende el autocontrol de las emociones, durante toda la vida este aprendizaje se perfecciona.



# RAZONES POR LAS QUE CASTIGAMOS CON VIOLENCIA

- 1. Así lo hicieron con nosotros (as):** y por ende se desarrolla la idea de que es la única forma de educar. Además hay convencimiento de que no causo ningún daño y se justifica.
- 2. No conocemos otras formas de corregirles.**
- 3. Nos parece el método más efectivo:** el golpe es engañoso y da la ilusión de que funciona al ver como cambia la conducta ante la amenaza pero no funciona a largo plazo.
- 4. Perdemos el control.**



# ¿DEBEMOS PONER LÍMITES?

***Por supuesto, los límites deben hacerse sin generar miedo.***

Así pues, la UNICEF explica que siempre será necesario mantener ciertas normas y límites para mantener el orden. Además, esto es elemental para que las hijas e hijos adquieran capacidades para convivir y relacionarse a donde vayan en la vida.



***Los límites establecidos de manera adecuada ayudan a:***

- Un desarrollo mental sano.
- Tener consciencia de lo que está bien y lo que está mal.
- Comprender los sentimientos de los demás.
- Al control de impulsos: pensar antes de actuar.
- Tener responsabilidad.
- Entender que al convivir hay normas que seguir.
- Evitar situaciones de riesgo.

# ¿Qué debo hacer para poner límites?

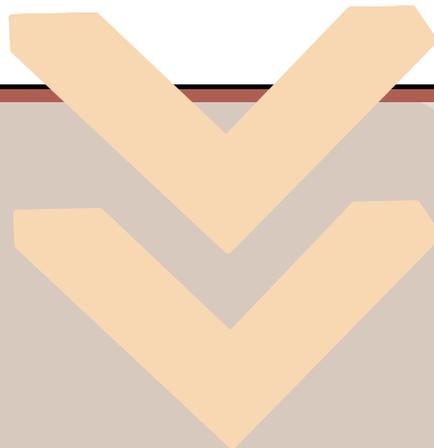
Según Merchan (2012) para una crianza positiva es determinante el manejo de normas (límites) y sanciones (o consecuencias), el uso del reconocimiento positivo y la comunicación en la familia.



# 1. El manejo de normas (límites) y sanciones (o consecuencias):

Cuando en las familias existen normas claras, no excesivas, discutidas o explicadas a los hijos e hijas, es más fácil el reconocimiento de su cumplimiento y el manejo de su incumplimiento.

Es importante que ante el incumplimiento de la norma, se planteen consecuencias o sanciones coherentes con la falta, que sean cortas, consistentes, explicadas o acordadas con los hijos e hijas, para que puedan ser usadas en el momento y se evite que los comportamientos infantiles lleguen al límite en que el padre o la madre "ya no sabe qué hacer" y acude al golpe o al grito.



## 2. El uso del reconocimiento positivo

Es importante concentrar su atención en los comportamientos positivos más que en los negativos. Esto hará que la relación con sus hijos e hijas no se enfoque sólo en los comportamientos que pueden ser considerados como inadecuados, sino que se apoye en lo positivo. Así se favorecen las relaciones, la autoestima de los niños y niñas y se evita que se afiancen los comportamientos no apropiados.



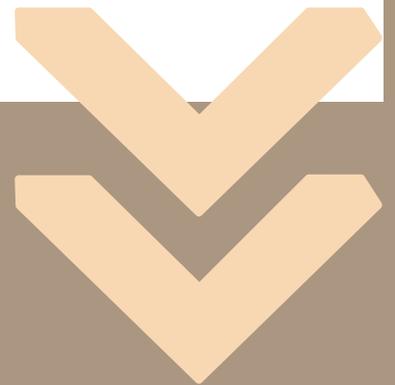
### **3. La comunicación en la familia**

En la medida en que se presente mayor comunicación entre padres y entre padres e hijos, en donde prime la escucha y la reflexión sobre los sucesos positivos o negativos, se va a fortalecer la posibilidad de diálogo y de entendimiento entre los miembros de la familia. Será posible evitar el castigo corporal y los castigos humillantes y degradantes y además fortalece las relaciones afectuosas entre adultos y niños.



# ¿Cómo reacciono ante un berrinche?

Según Brian (2021) un berrinche se entiende como “un estallido emocional violento, en general en respuesta a una frustración”. (parr, 1). Por tanto, un berrinche no es una forma de manipulación sino de mostrar enojo, frustración y pena.

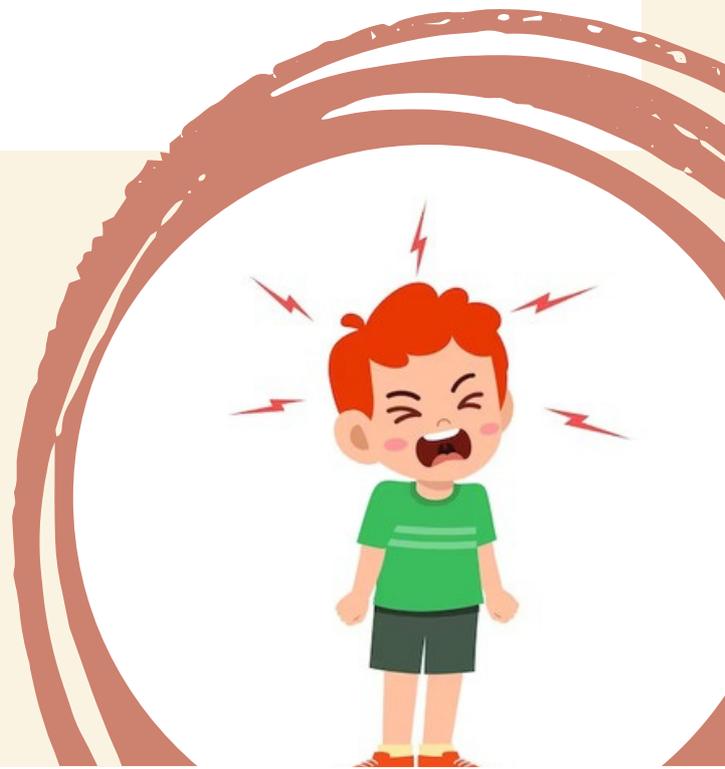
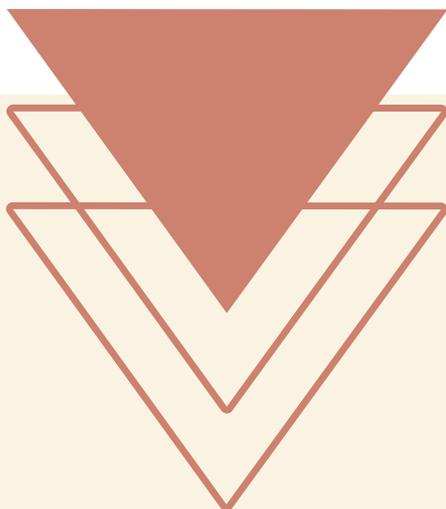


# ¿Cómo reaccionar ante un berrinche?

## ¿Qué hacer durante?

La Fundación Paniamor (2016) recomienda:

1. Intente anticiparlo y prevenirlo observando las necesidades de su hijo o hija.
2. Pregúntese ¿Qué le está pasando? ¿Puede haberlo prevenido?
3. Intente comprender la situación desde la perspectiva de su hijo o hija.
4. Agáchese hasta su altura y explíquele que entiende que ahora siente mucha rabia.
5. Ponga límites claros con respeto y afecto.



# ¿Cómo reaccionar ante un berrinche?

## ¿Qué hacer después?

1. Muestre respeto, afecto e invite a conversar sobre lo ocurrido.
2. Enséñele que hacer o decir cuando se enoja.
3. Invítelo (a) a estar cerca, dele un abrazo y reconozca le lo difícil que es sentirse así.

**Recuerde:** reconocer las emociones de su hijo o hija y ofrecer apoyo emocional no significa ceder o perder, sino darle contención y ayudarle a manejar sus emociones.

**¡El amor y comprensión no se condicionan!**

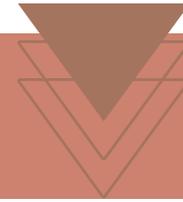


# OTRAS ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR Y PREVENIR LAS RABIETAS O BERRINCHES

Palacios (2018), recomienda las siguientes estrategias a implementar para prevenir o afrontar berrinches:



- Elección entre un par de cosas que previamente has seleccionado.
- Hazle participes de todo.
- Busca soluciones junto a tu hijo.
- Adelántate a la rabieta.
- Ayúdale a expresar y conocer sus sentimientos.
- Actuar, no hablar.
- Deja de preguntar ¿Quieres?
- Practica la escucha reflexiva.
- Haz preguntas y déjale contestar.



- Ponte a su nivel para hablar con él.
- Tiempo positivo para ambos.
- Abrázalo.
- Realiza un horario de rutinas, sino saben leer hazlas con dibujos, fotos u otros.
- Identifica que le ocurre al niño (cansado, miedo, aburrido, sueño).
- Alternativa con movimiento.
- Herramientas de modulación (fotos divertidas, plumas para cosquillas...)
- Dile que lo quieres.

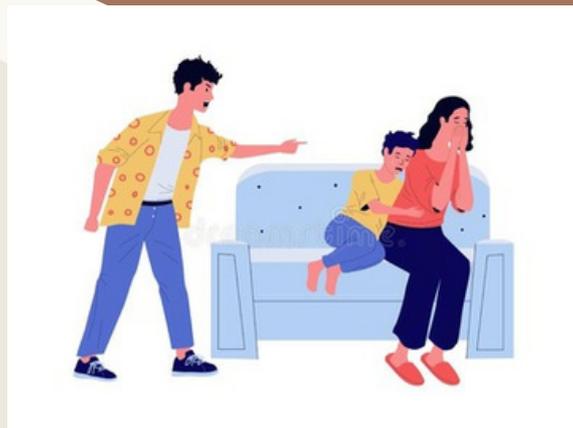
# ¿CÓMO MANEJAR LOS CONFLICTOS FAMILIARES?

En todas las familias alguna vez se han presentado situaciones difíciles de manejar que desembocan en conflicto y por lo general son percibidos de una manera negativa para cada miembro. Sin embargo, Gutiérrez (2008) explica que es importante comprender que los conflictos son parte de la vida diaria de las personas, pero en la familia, la cual es un grupo de personas que conviven juntas las veinticuatro horas al día durante todo el año, es aún más común. Por lo cual, no son inevitables y evitarlos, obviarlos o negarlos resulta inútil.

De hecho, este autor señala que los conflictos son hasta cierto punto, saludables y resolverlos es todo un reto. Por tanto, superarlos representa una crisis de crecimiento para todos los miembros.

Así mismo, Gutiérrez (2008) invita a considerar el conflicto dentro de la familia como una oportunidad para que madre, padre e hijos(as) se conozcan más y mejor, para que los vínculos afectivos se fortalezcan y se construyan puentes nuevos de comunicación.

Sin embargo, es cierto que en algunos casos el conflicto parece estancarse, volverse tan grande y grave que no se sabe como superarlo. Por lo cual, según el autor antes mencionado existen **tres salidas ante los conflictos donde se invita a encontrar la solución más adecuada:**



# Conflictos Familiares

## Negociación

Básicamente, se entiende como la salida “política”. No necesariamente, el conflicto se resuelve sino que en cambio, se llega a un acuerdo que desbloquea la situación y permite a las personas seguir funcionando. Sin embargo, se recomienda que un contexto familiar solo sea el primer paso en la resolución del problema.

Lo anterior se debe a que, ante la negociación las necesidades de cada uno no quedan satisfechas pero se cambia el clima y se generan posibilidades nuevas hasta encontrar una salida definitiva.



# Conflictos Familiares

## La Agresividad

En este, Gutiérrez (2008) pone en relieve la agresividad constructiva y destructiva diferenciándolas. La primera, hace referencia al momento donde se contempla a la otra persona como posible cooperadora y se plasma un deseo de aceptar el conflicto.

Por su parte, la agresividad destructiva, implica el uso de la violencia, anula la libertad y esta alimentada por el pasado y el resentimiento, se ve al otro como un adversario y desea recrearse en el conflicto.

Sin embargo, ***no importa el tipo de violencia que sea, se debe contemplar como una salida INADECUADA a un conflicto.***



# Conflictos Familiares

## Resolución de Conflictos

Esta salida ante los conflictos permite un aprendizaje en el camino de su resolución, ya que resolverlos supone una satisfacción a las necesidades de las personas, fortalece las relaciones y enfoca los recursos que han sido necesarios desarrollar hacia un crecimiento de todos los implicados.

Por tanto, supone aprender a sacar el máximo partido de las situaciones conflictivas y hacer que sirvan para algo bueno.

***Para esto, se debe fortalecer y fomentar determinadas habilidades como:***



# A. Aprender a comunicarnos efectivamente:

Las decisiones para resolver conflictos deben ser siempre valorando las necesidades de cada persona y buscando satisfacerlas, respetando la independencia de cada uno. Por lo cual, hay que crear un clima de confianza:

- No hablar solo de uno(a) mismo(a).
- No cambiar de tema.
- No negar ni ignorar los sentimientos del otro.
- No fingir haber comprendido si no es así.
- Demostrar que se está comprendiendo.
- No sermonear. Ser espontáneo.
- Preguntar por las preocupaciones, ansiedades, necesidades y dificultades.
- Parafrasear, con ello se corrobora el contenido comunicado.
- Analizar el lenguaje no verbal.
- Centrar la conversación.
- El respeto a la confidencialidad del contenido.
- Permitir los silencios.

# B. Posibilitar la toma de decisiones autónomas dentro de la familia.

Hay tres tipos de decisiones autónomas según Gutiérrez (2008):

- **De modo autocrático:** cuando los padres y madres asumen la responsabilidad única y total de las decisiones, aceptando las consecuencias, pero entonces no garantizan la conformidad de toda la familia con la decisión tomada.
- **De forma consultiva:** hablando sobre ello y teniendo en cuenta la opinión de todos, pero decidiendo al final solo los padres o madres.
- **De modo grupal:** en cuyo caso la decisión sí es de todos y la asunción de las consecuencias también.

Así ante cada situación habrá que valorar cual de las decisiones es la más conveniente y acatar las consecuencias si uno se equivoca.

## **B. Posibilitar la toma de decisiones autónomas dentro de la familia.**

Es importante saber que la autonomía requiere tolerancia, por tanto esto se refiere que en cierta medida cada miembro de la familia tendrá, en la medida de sus posibilidades, la opción de tomar sus propias decisiones.

Sin embargo, la decisión ha de ser con la conformidad de todos, ya sea porque cada uno esté de acuerdo o bien porque las acepte, pero no las comparta pero no daña la integridad de ningún miembro de la familia.

# C. Desarrollo de la Empatía

## **Importante:**

**Simpatía:** asumir sus necesidades e intereses como propias.

**Empatía:** comprender a la otra persona desde sus necesidades y sus intereses.

La empatía es algo que se aprende y se adquiere con el tiempo; por tanto, para comprender y crear empatía en las emociones de nuestros hijos debemos aprender a manejar nuestras emociones en primer lugar.

El comunicar nuestras emociones puede ser un estímulo para cambios positivos dentro de la familia, solo se debe tener en claro los objetivos a perseguir. Las siguientes preguntas pueden guiar nuestro análisis:

**¿Por qué siento esto?**

**¿Qué quiero cambiar al decirlo?**

**¿Por qué necesito librarme de este sentimiento?**

**¿De quién es el problema realmente?**

**¿Qué parte del problema me pertenece?**

**¿Cuál es el mensaje no expresado que comunica la situación?**

# D. Favorecer habilidades asertivas

**Asertividad:** modo de expresión de nuestras propias emociones de forma serena, con la máxima objetividad posible persiguiendo una comprensión mayor de una misma y de las demás personas. (Paniamor, 2008, p. 44). Va implicar:

- La escucha atenta y el control emocional.
- Solicitar aclaraciones cuando no se haya comprendido algo.
- Al recibir una crítica, sugerir y pedir cambios de forma, si se considera necesario.
- Admitir los hechos y mostrar una actitud frente a ellos.
- Solicitar y sugerir alternativas de solución.
- Ofrecer disculpas cuando sea necesario.
- Aceptar las responsabilidades.
- Manifestar comprensión y rectificar lo necesario.
- Mostrar los sentimientos de modo personalizado.
- Establecer niveles de confianza e intimidad
- Tolerar las diferencias.
- Cooperar para crear comunidad, también en la familia.

# **E. Disipar los resentimientos y promover la interrelación cooperativa entre las partes**

Para resolver un conflicto uno de los pasos es fomentar la actividad común entre las distintas partes hasta llegar a su resolución. Así cuando dos o más personas establecen una cooperación entre sí, desde una relación positiva, pueden generalizar o extender dicho estado de colaboración a otros ámbitos de la vida, para afrontar los conflictos, y así disipar los resentimientos asociados a un acontecimiento pasado.

# F. Desarrollo de la libertad y autonomía personales

Aunque resulte paradójico, para resolver un conflicto hay que respetar la autonomía personal de las partes implicadas y su libertad de elección; y esto es igual para padres e hijos. Para ello es necesario:

- Conocer los límites de nuestra libertad y la de los demás.
- Fomentar el interés por el mundo.
- Fomentar la capacidad de percibir la realidad.
- Trabajar la capacidad de expresión y creatividad.
- Ejercer la libertad responsablemente.
- Respetar los derechos del otro, una vez que se conocen.
- Compartir espacios.
- Reconocer las propias carencias.

# G. Capacidad para el entusiasmo

La actitud con la que enfrentamos los conflictos es ya parte de su solución, porque configura la percepción de la situación y desde ahí, las acciones y la relaciones con los demás. Por eso, es fundamental trabajar una actitud positiva en cada persona respecto a las posibilidades de cada situación, respecto a sí misma, a las relaciones y a los demás. Para lograr una actitud positiva es necesario fomentar:

- La motivación.
- La capacidad de descubrimiento.
- La capacidad de sorpresa.

# H. Aprender a manejar la hostilidad

Cuando una persona elige la agresividad como salida a un conflicto, hay que saber afrontarla, estar preparado para darle una respuesta constructiva y positiva, no evitarla ni esquivarla. Para ello, podemos seguir las siguientes pautas orientadoras.

## ¿Qué hacer?

- Reconocer la irritación de la persona y hacer ver que se le comprende.
- Escuchar cuidadosamente. Antes de responder, esperar que la persona exprese su irritación.
- Mantener una actitud abierta acerca de, qué es lo que esta mal y qué debería hacerse.
- Ayudar a la persona a afrontar la situación cuando percibe su mal comportamiento.

# H. Aprender a manejar la hostilidad

## ¿Qué no hacer?

- Rechazar la irritación o tratar de calmar a la persona.
- Negarse a escuchar.
- Defenderse antes de haber escuchado y conocido las distintas versiones del problema.
- Avergonzar a la persona por su mal comportamiento.
- Continuar la confrontación a gritos en un área pública.
- Mantenerse de pie cuando hay lugares para tomar asiento
- Elevar el volumen de voz para hacerse oír.
- Saltar a las conclusiones acerca de lo que “debería” o no “debería” hacer la persona irritada.
- Argumentar y razonar acerca de las ventajas de conducirse de otra manera.
- Ocultar tus sentimientos después del incidente.

# En el Análisis del Conflicto

- El punto de partida para la resolución de un conflicto es la comunicación y el perdón. El hecho de que cada persona pueda expresar sus sentimientos sin ser juzgada y que además se pueda construir un escenario para pedir perdón por los errores cometidos.
- Resolver un conflicto implica desarrollar una serie de estrategias lo más concretas posible, empezar por cambiar pequeñas cosas que modifiquen el clima de la familia y se fortalezcan los vínculos.



# En el Análisis del Conflicto

- Las estrategias de resolución válidas, por tanto, son las que pasan por pautas conductuales muy concretas: actividades compartidas, decisiones prácticas.
- Además estas estrategias para ser válidas deben afectar a todas las personas involucradas: todas deben de asumir compromisos como parte de su responsabilidad en el problema.
- Resolver un conflicto sigue siendo una de las opciones posibles y la decisión de tomarla es única y exclusivamente de las personas involucradas en el mismo.



# CUANDO CREEMOS QUE PEGAR ES LA ÚNICA SALIDA: CLAVES A SEGUIR

- Aceptar los sentimientos. Es importante reconocer y aceptar los sentimientos que provoca el comportamiento del hijo o hija, se puede sentir rabia, enojo, frustración, vergüenza o agresividad.
- Preguntarse qué busca el niño o la niña al portarse de esa manera. Muchas veces buscan atención y la forma de hacerlo es portándose de una forma que puede generar molestia.
- Respira lenta y profundamente y tome un tiempo prudencial para calmarse y no recurrir a pegar.
- Pensar lo que se va a decir o hacer. ¿Cómo nos sentiríamos si otra persona adulta nos hiciera lo mismo?
- Hacer una pausa y tomar conciencia sobre el porqué estamos enojados(as). ¿Es realmente por lo que ha hecho nuestro hijo o hija o es por algo que nos está sucediendo?



- Llamar a nuestra pareja u otra persona y compartir lo que nos está sucediendo. Cuando podemos compartir el problema se descarga un poco la tensión.

# CUANDO CREEMOS QUE PEGAR ES LA ÚNICA SALIDA: CLAVES A SEGUIR

- Salir de casa y respirar aire fresco, caminar ayuda a liberar la tensión y el enojo. También se pueden realizar actividades que les guste hacer y que les haga sentir mejor como tomar un baño, una taza de café, hacer ejercicios, entre otros.
- Alejarse de la situación y gritar a solas. Es mejor gritar a las paredes que a los hijos e hijas.
- Hay que recordar que como personas adultas damos el ejemplo. Si se resuelven los problemas pegando, además de dañarles la autoestima, les enseñamos que la violencia es una forma adecuada de resolver conflictos.
- El sentido del humor es, a veces, el mejor de los remedios. Intentemos ver el lado cómico de las cosas

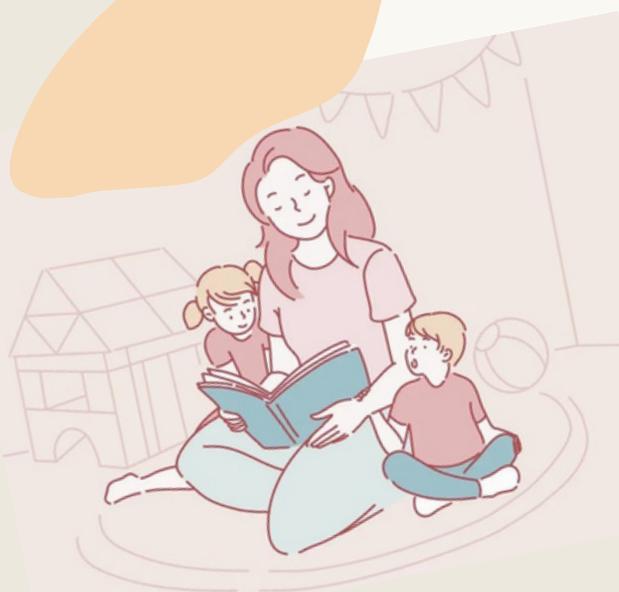
**Si te gusta leer sobre este tema estos libros pueden reforzar:**

*Los 5 lenguajes del amor en niños.*  
Gary Chapman

*Los 5 lenguajes del amor en jóvenes.*  
Gary Chapman

*Reconcílate con tu Infancia.* Desclée  
de Brouwer

*Disciplina sin lágrimas.* Daniel J.  
Siegel y Tina Payne Bryson



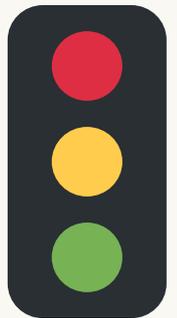
# CONSEJOS GENERALES

- Enseñe con el ejemplo: muéstreles como lidiar con un conflicto, escuchando, expresándose, negociando y mostrando afecto.
- Utilice la técnica del semáforo para reconocer la intensidad del enojo o la frustración:

**Alto:** tranquilízate y piensa antes de actuar.

**Piensa:** en las posibles soluciones y sus consecuencias.

**Adelante:** y pon en practica la mejor solución.



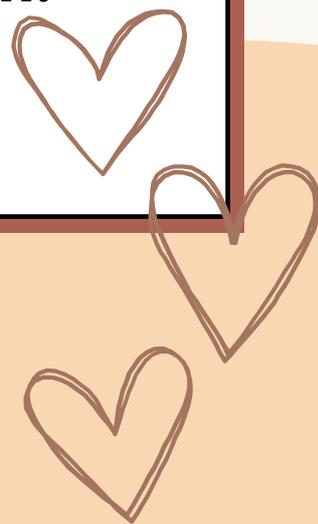
- No hagas cosas que tu hijo o hija puedan hacer solo/a
- Construye una lista de formas en las que ella o él puede canalizar el enojo o la frustración. Esto le ayudará a enfrentar mejor los conflictos.
- No olvides que las niñas y niños tienen el mismo derecho al respeto y la consideración que las personas adultas ante cualquier situación.
- Diga “me doy cuenta” si ve que su hijo o hija no ha hecho algo. Ofrezca opciones limitadas como ¿Quieres bañarte antes o después de las tareas?
- Reorienta. En vez de prohibirle hacer algo, es mejor decirle u orientar sobre lo que si puede hacer.

# **¡RECUERDA!**

***No nacemos con conocimiento sobre cómo ser padres, madres o cuidadores y cuidadoras.***

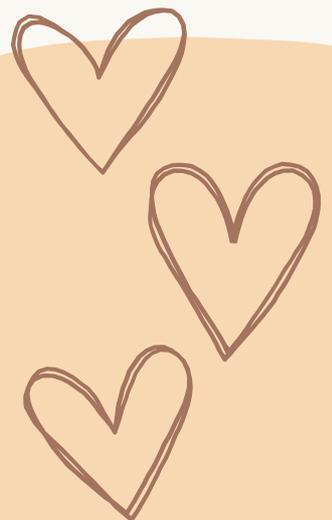
***No hay padres y madres perfectos. Pero se quiere lo mejor para los hijos e hijas.***

***La crianza positiva o respetuosa es un proceso que se desarrolla con el tiempo puede haber fallas y es normal. Lo importante, es siempre criar desde el amor, el respeto y la comprensión.***



**"EL MEDIO MEJOR PARA  
HACER BUENOS A LOS  
NIÑOS, ES HACERLOS  
FELICES"**

**OSCAR WILDE (s.f)**



# REFERENCIAS

- Brian, S. (Agosto de 2021). Berriches. Manuela MSD: Versión profesional. Recuperado de <https://www.msmanuals.com/es/professional/pediatr%C3%ADa/preocupaciones-y-problemas-relacionados-con-la-conducta-en-ni%C3%B1os/berriches#:~:text=Un%20berrinche%20es%20un%20estallido,problemas%20de%20conducta%20en%20ni%C3%B1os>
- Gutiérrez, M. (2008). Sin pegar es posible y necesario: marco referencial. Fundación Paniamor. San José, CR. ISBN: 978-9968-816-23-6. Recuperado de [https://crianzarespetuosa.paniamordigital.org/sites/default/files/fomento\\_de\\_la\\_crianza\\_respetuosa/1\\_educar\\_sin\\_pegar\\_marco\\_referencial.pdf](https://crianzarespetuosa.paniamordigital.org/sites/default/files/fomento_de_la_crianza_respetuosa/1_educar_sin_pegar_marco_referencial.pdf)
- Fundación Paniamor (2016). El Castigo Positivo. Recuperado de [https://crianzarespetuosa.paniamordigital.org/sites/default/files/fomento\\_de\\_la\\_crianza\\_respetuosa/educar\\_sin\\_pegar\\_afiche.pdf](https://crianzarespetuosa.paniamordigital.org/sites/default/files/fomento_de_la_crianza_respetuosa/educar_sin_pegar_afiche.pdf).
- Fundación Paniamor (2016). Crianza Respetuosa. Recuperado de <file:///C:/Users/raque/Downloads/infografia-crianza-responsable-carta.pdf>.
- Merchán, L. (2012). Sin Golpes, ni gritos: Descubriendo la crianza positiva. Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://www.infocoonline.es/pdf/CRIANZAPOSITIVA.pdf>
- Palacios, A. (2018). 17 estrategias para prevenir y afrontar las rabietas. Recuperado de [ViviendoMontessori.com](http://ViviendoMontessori.com).
- Perez, M. (09 de mayo de 2022). Definición de Violencia Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/violencia/>. Consultado el 23 de febrero del 2023.
- Solorzano, J., Medina, M y Delgado, E. (2021). UNICEF. GUÍA para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Ciudad de Guatemala, Guatemala. Recuperado de <https://www.unicef.org/guatemala/media/4031/file/Gu%C3%ADa%20de%20crianza%20desde%20el%20amor%20y%20el%20buen%20trato.pdf>

# Equipo de Trabajo

## Recopilado por:

Sra. Raquel Cortez González, estudiante de Psicología, Universidad Latina, proyecto TCU en Salud Mental dirigido por la Región Central Norte-Ministerio de Salud

## Validado por:

Dra. Catalina Calderón Jiménez, Enlace Regional de Salud Mental, Coordinadora de la IRAIS e ILAIS de Heredia y Alajuela, Dirección Regional Rectoría de la Salud Central Norte

Dra. Kattia Fonseca Bustamante, Enlace Local de Salud Mental y Vigilancia de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de San Rafael-Barva

Lic. Marvin Rodríguez Gutiérrez, Enlace Local de Salud Mental y Promoción de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de San Pablo-San Isidro

Dra. Melissa Chaves Chaverri, Enlace Local de Salud Mental y Promoción de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de Poás

Dra. María del Carmen Alvarado Chaves, Enlace Local de Salud Mental y Promoción de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de Atenas

Dra. Carolina Aguilar Chacón , Enlace Local de Salud Mental y Promoción de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de Alajuela 1

Licda. Cecilia Madrigal Meléndez, Enlace Local de Salud Mental y Promoción de la Salud, Dirección Área Rectora de Salud de Alajuela 2

Dra. María Fernanda Carvajal Arce. Asociación Mar y Cielo, Representante IRAIS de Alajuela y Heredia

Dra. Marlene Mora, Rescatando Vidas, Representantes IRAIS de Alajuela



Región Central Norte-Ministerio de Salud, Dirección Regional Servicios de Salud Central Norte, MEP, PANI, IMAS, IAFA, CPJ, INAMU, AGECO, Hospital de Heredia, Hospital de Alajuela, OIJ, Ministerio de Cultura, UNED, Cruz Roja, UTN, IMAS, Programa Viviendo Positivamente, Rescatando Vidas, Asociación Mar y Cielo, RA Yoga, CEN-CINAI, Edify Software Consulting Comisión Regional del Colegio de Psicólogos, CONAPDIS, Fuerza Pública y Alajuela Ciudad Palabra.