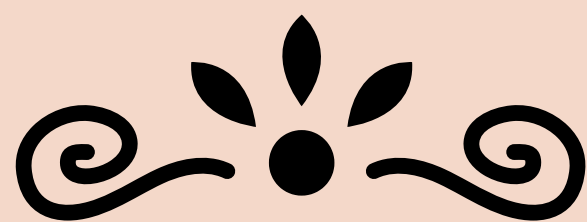
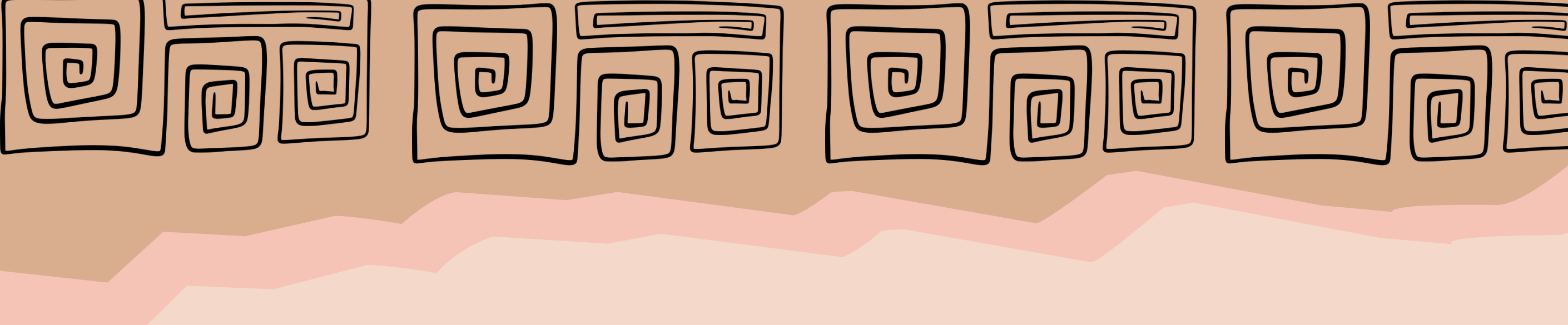




CAMINANDO HACIA UNA CRIANZA RESPETUOSA



Desde la ternura siempre



Kunumi, es una palabra oriunda de la lengua guaraní que significa "niño", formada por las palabras “Kunu'û” (cariño) y “mi” (pequeño), interpretada como "pequeño cariño o cariñito” “TERNURITA”.

En ocasiones, recurrimos a las palabras para recuperar la sabiduría que contienen, y Kunumi encierra de manera profunda la identidad de nuestro proyecto.

¿ Quienes somos?

Somos un grupo de Mujeres que formamos parte del Espacio de Niñez y Crianza Respetuosa de “Mamá Antula” y los Hogares Buen Samaritano, hogares que acompañan a mujeres y hombres que atraviesan consumo problemático. Nuestro espacio nace de la necesidad de centrar la mirada no solo en los adultos, sino en los niños y niñas que llegan al hogar con ellos/as.

Desde Kunumi, entendemos a la ternura como un concepto esencial para acompañar a los niños, niñas y sus vínculos más significativos.

Creemos que mirar con ternura es un proceso que implica ser empáticos y amorosos, y a veces esto puede resultar difícil. En un contexto social donde prevalece la individualidad, la meritocracia y el egoísmo, es un acto revolucionario apostar por la construcción desde la Ternura.

Desde Kunumi abrazamos la ternura como expresión, al centrar la atención en la infancia y también al interpelar amorosamente y sin prejuicios las prácticas de crianza relacionadas con sus vínculos importantes. Es a través de esta mirada amorosa y respetuosa que podemos construir conexiones profundas y significativas, generando espacios de cuidado, protección y apoyo mutuo.

En Kunumi, nos comprometemos a promover la ternura como una forma de resistencia ante un sistema que muchas veces invisibiliza las necesidades emocionales y afectivas de la infancia. Creemos en la importancia de crear espacios seguros y amorosos donde los niños y niñas puedan desarrollarse plenamente, sintiéndose valorados/as, escuchados/as y comprendidos/a



**Creemos que se puede construir
“un mundo donde quepan muchos mundos”
con más empatía, amorosidad y solidaridad,
donde podamos vivir en una sociedad más humana.**



El desafío de criar ...

La crianza es un viaje lleno de desafíos y aprendizajes. Cada familia es única y especial, con su propia historia , experiencias y formas de criar. No existen adultos que críen de una manera perfecta y sin errores, pero lo más importante es el amor y el respeto que brindamos a los niños y niñas que están a nuestro cuidado.

Este cuadernillo es una herramienta para reflexionar sobre nuestras prácticas de crianza y buscar formas más amorosas y respetuosas de acompañar a los más pequeños/as en su crecimiento. Acá podes encontrar estrategias concretas para fomentar una infancia libre de violencia y generar un ambiente seguro y positivo para el desarrollo pleno de los niños y niñas.

Sabemos que la vida diaria puede presentar desafíos, pero con la información adecuada y acompañados por otras/os, podemos construir entornos más saludables y felices para todos los miembros de la familia. ¡Sigamos aprendiendo juntos/as y creando momentos inolvidables en este camino de la crianza!



"para criar a un niño hace falta una tribu entera"

Proverbio Africano

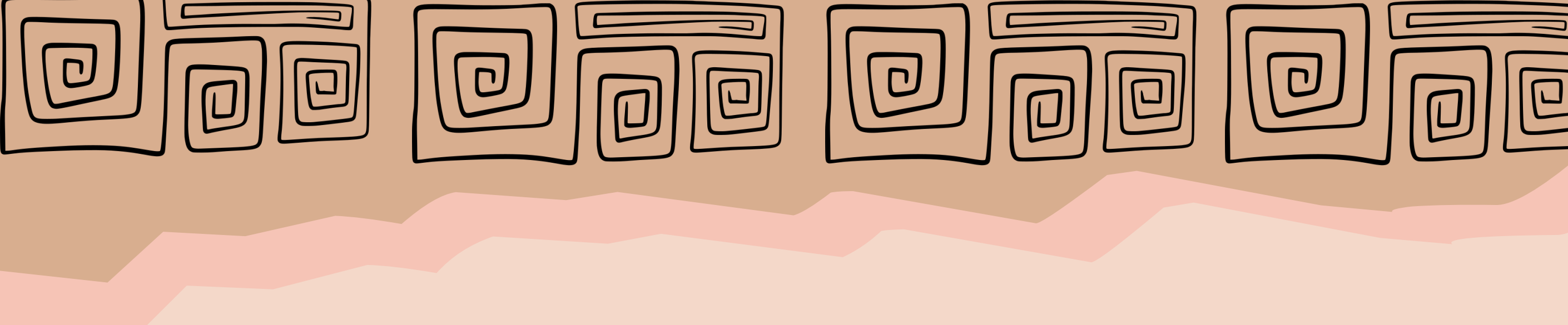


¿ Que es la Crianza ?

La crianza es el proceso de educar y cuidar a las niñas, niños y adolescentes de nuestra familia, ofreciéndoles amor, atención, apoyo, orientación y límites saludables para su crecimiento y felicidad.

Además, implica transmitir valores, normas y habilidades para que puedan enfrentar los desafíos de la infancia y la adolescencia de manera positiva.



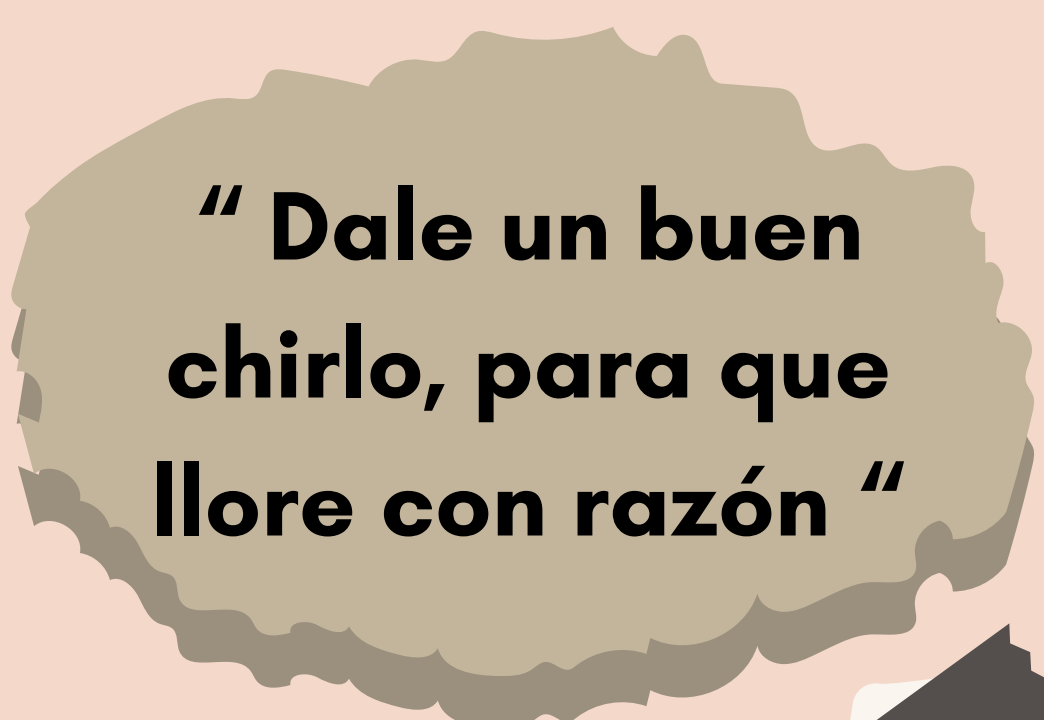


Sin embargo esto no fue así siempre...

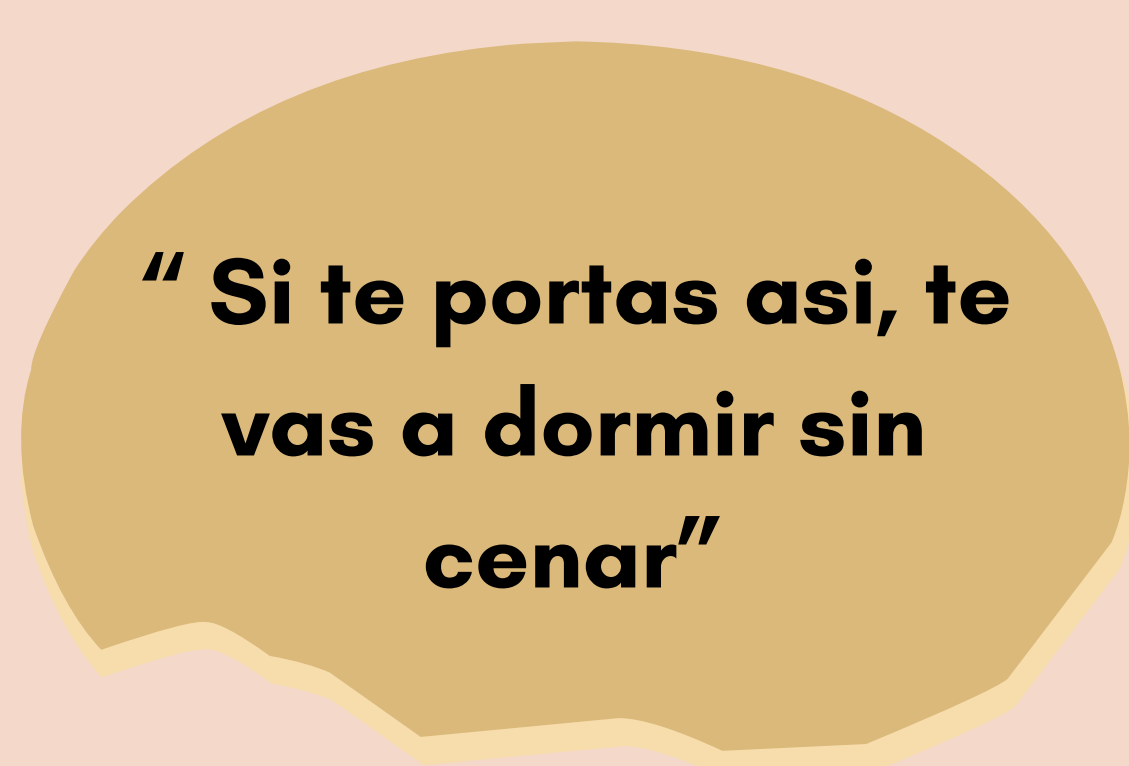
Hace algunos años, se empezó hablar de Crianza Respetuosa, fue necesario hablar de **RESPECTO**, hacia los niños y niñas ya que anteriormente la mayoría de ellos eran tratados y tratadas como seres inferiores y sin derechos.

Muchos de los adultos que hoy somos madres, padres, tios/as, abuelo/a, fuimos criados de formas no tan respetuosas. Durante nuestra niñez, quizás no fuimos tan escuchados y respetados.

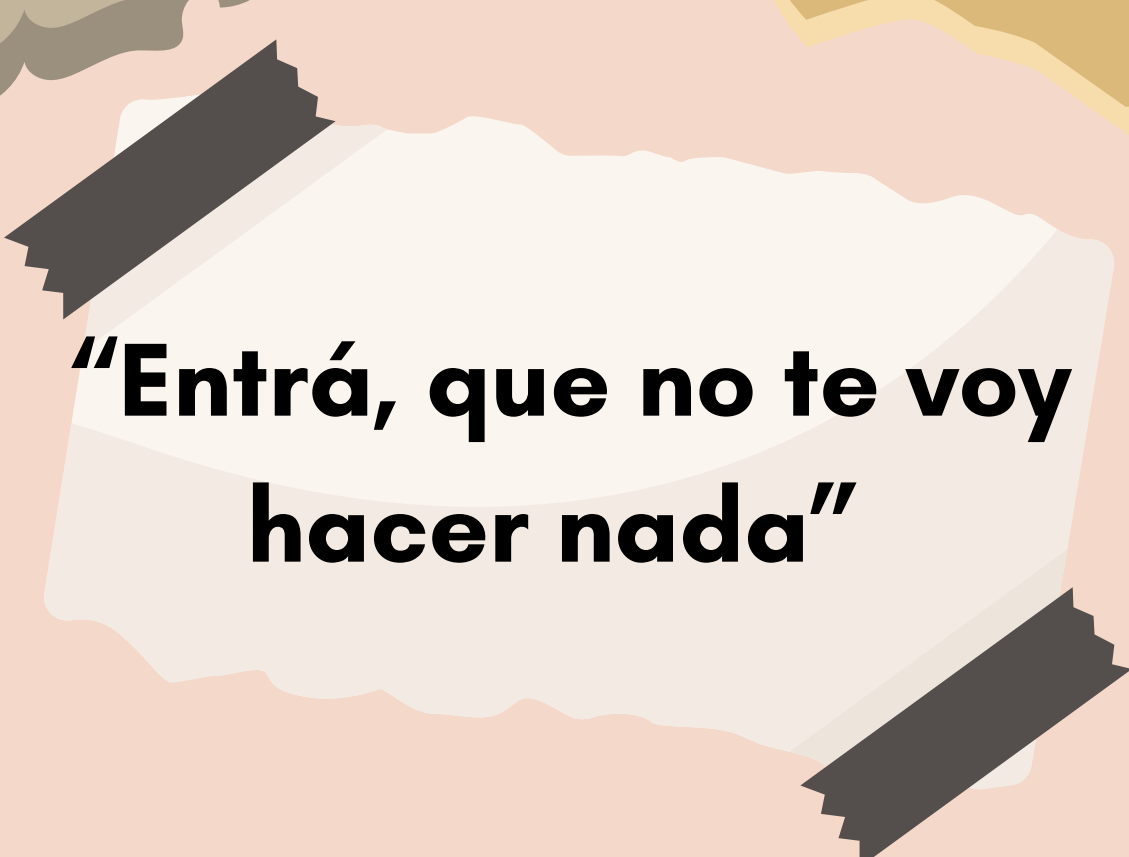
Algunas de estas frases ¿te suenan?



**“ Dale un buen
chirlo, para que
llore con razón ”**



**“ Si te portas así, te
vas a dormir sin
cenar ”**



**“Entrá, que no te voy
hacer nada”**

Antes se pensaba que la mejor manera de criar a los niños y niñas, era mediante castigos y amenazas, sin embargo hoy se sabe que esto genera miedo y desconfianza en ellos.

Afortunadamente, esto está cambiando y cada vez somos más los adultos/as que queremos acompañar a los niños desde el amor y el respeto.



Lo que nadie nos dijo sobre la crianza:

- Estar presentes en la crianza da mucho trabajo, puede llegar a ser estresante.
- No nacemos sabiendo criar, lo vamos aprendiendo junto a otros, con ejemplos aprendidos.
- Los niños y niñas, no traen un manual, cada uno de ellos/as es único.
- No hay adultos cuidadores perfectos.

Sin embargo recordá que:



Podemos, re pensar nuestras practicas en la crianza.



Podemos pedir ayuda y apoyo, cuando lo necesitemos.



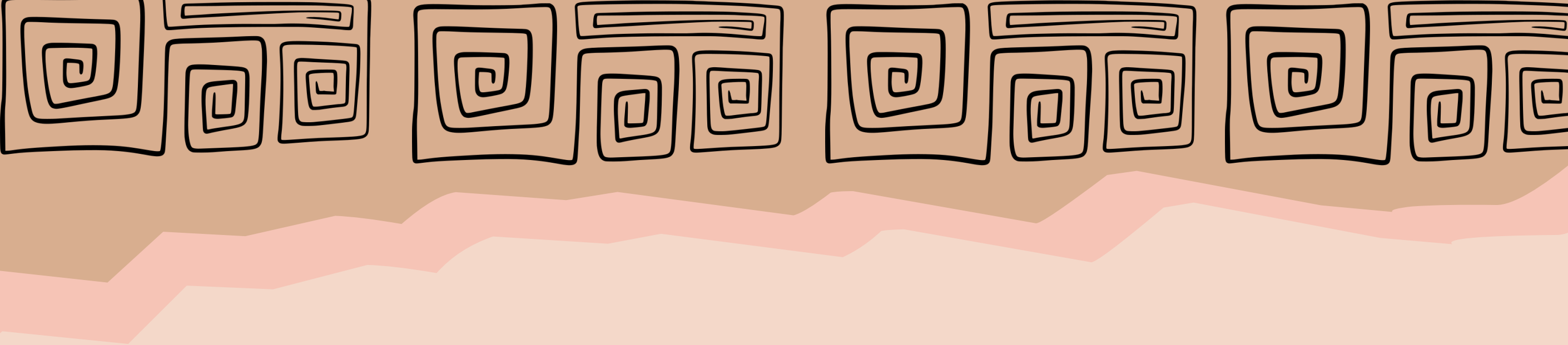
ESTILOS DE CRIANZA

¿Que son?

Son las maneras que tiene los adultos cuidadores de responder a las necesidades emocionales, físicas y sociales de los niños, niñas y adolescentes. Estos estilos son de gran importancia ya que influyen directamente en el desarrollo de los niños y niñas, y en su forma de afrontar el mundo.

Los estilos de crianza son aprendidos, a veces , según el estado de animo, su historia personal, sus aprendizajes (y otros factores) los adultos pueden ejercer diferentes estilos de crianza, sin embargo, hay uno de ellos que es el mas dominante.





Crianza **PERMISIVA**

Características de este estilo:

- No hay limites claros.
- Falta de estructuras y rutinas.
- No hay reglas o son muy escasas.
- Comunicación confusa.
- Adultos, en rol de “amigos” que evitan el conflicto.
- Niños/as tienen el control

¿ como puede llegar a influir al niño/niña?

- Niños y niñas que no reconocen limites.
- Poca tolerancia a la frustración.
- Dificultar para gestionar emociones.



“déjalo, que haga lo que quiera”
“sí, a todo”
“lo que vos quieras”



Crianza **AUTORITARIA**

Características de este estilo:

- No hay espacio para el dialogo.
- Poca comunicación y muestras de afecto
- Hay exceso de reglas y exigencia.
- Se espera obediencia sin cuestionar.

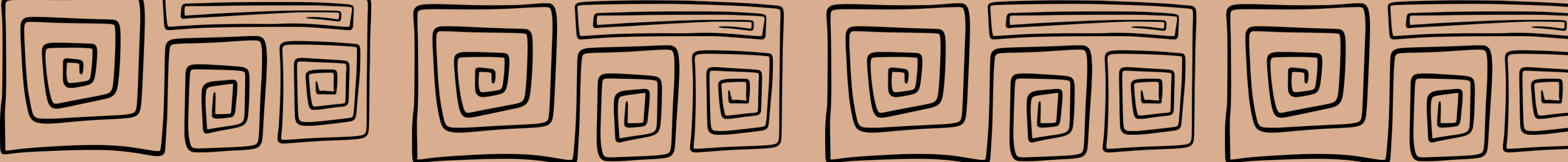
¿ como puede llegar a influir al niño/niña?

- Niños y niñas con poca autoestima.
- Dificultades para relacionarse con otros.



“ Hacerlo y punto”
“porque yo lo digo”
“Acá mando yo”



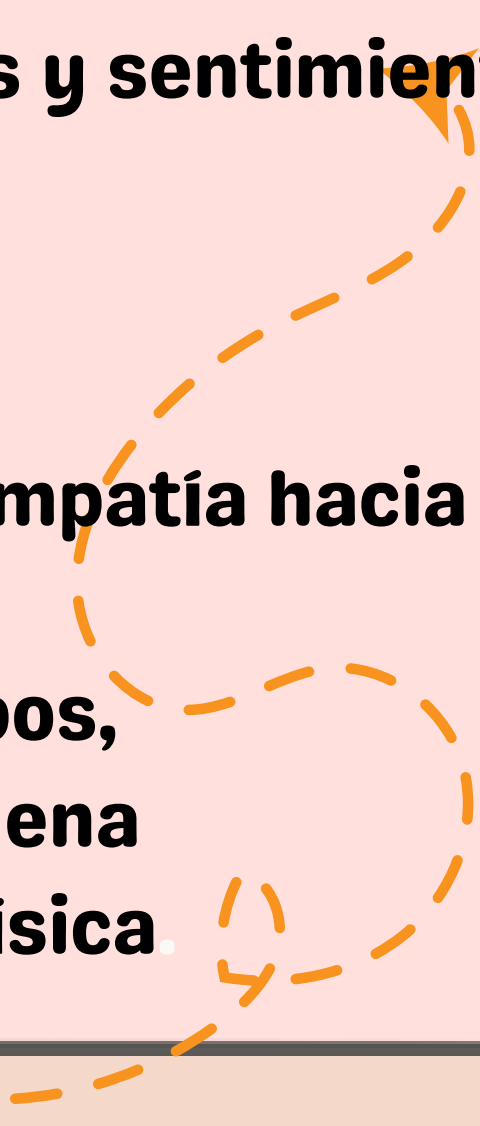


Crianza Respetuosa

La crianza respetuosa implica tratar a los niños, niñas y adolescentes como seres humanos **independientes**, con necesidades, emociones y opiniones propias. Se centra en construir **vínculos** basados en el amor y el respeto mutuo. Ellos/as dependen de nuestros cuidados y de que los/as acompañemos de manera **consiente**, como adultos responsables de su crecimiento.

¿Cómo podemos acercarnos a este estilo de crianza?



- Compartiendo juegos, dibujando juntos/as.
 - Leyéndoles cuentos que les gusten
 - Con muestras de cariño, como besos y abrazos.
 - Reconociendo sus emociones y ayudándolos a que las entiendan
 - Escuchándolos atentamente sus pensamientos y sentimientos
 - Poniendo límites sanos, sin violencia
 - Ofreciéndoles tiempo de calidad
 - Celebrando sus logros.
 - Enseñándoles la importancia del respeto y la empatía hacia los demás.
 - Acompañándolos en sus intereses y pasatiempos,
 - Enseñándoles hábitos saludables, como una buena alimentación y la importancia de la actividad física
- 

**CRIAR ES UN PROCESO DE TRANSFORMACIÓN
DEL ADULTO CUIDADOR, EN ESTE PROCESO SE
PUEDE ELEGIR SANAR HERIDAS DE LA PROPIA
INFANCIA.**

**Y ASI PODER SER UNA MEJOR VERSIÓN DE TI
MISMO, PARA TU PROPIO BIEN ESTAR Y EL DE
LAS NIÑAS/OS A QUIEN DEBES CUIDAR Y
ACOMPañAR.**

**DATE TIEMPO Y SE PACIENTE CON VOS Y LOS NIÑOS/AS QUE TE
RODEAN.**





Caja de herramientas para una crianza respetuosa



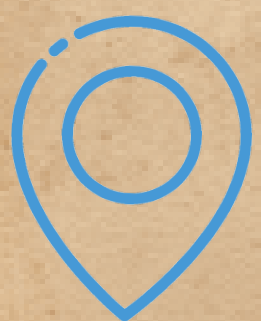
El juego durante la infancia

Son los ojos de niño
Ese extraño brillo, fascinación
Maravilla del cielo
Sin culpa ni miedo, espejos de Dios.
Ay, cuánto yo daría
Solo por un día volver a mirar
El mundo como un patio de juegos
Un libro de cuentos, árbol para trepar

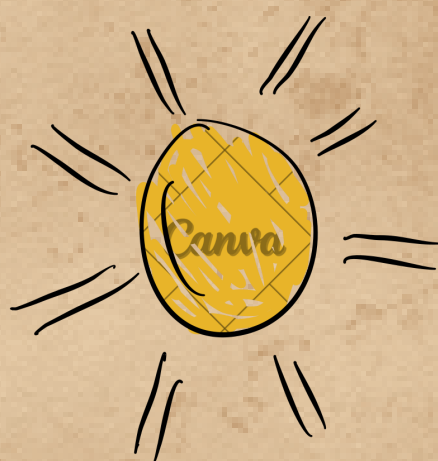
Canción de Marta Gómez



¿Porque es importante Jugar para los niños y niñas?



**Exploran el mundo
atreves del juego.**



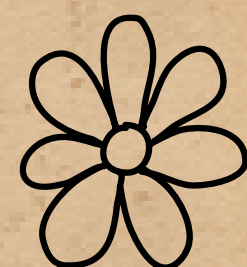
**Aprenden a jugar con
otros niños y niñas**



**Comienzan a respetar y
escuchar a otros
niños/as y adultos.**



**Estimula su
creatividad**



**Aprenden a resolver
problemas y trabajar en
equipo**



**Les permite expresar sus
emociones, liberar energía y
fortalecer su autoestima.**



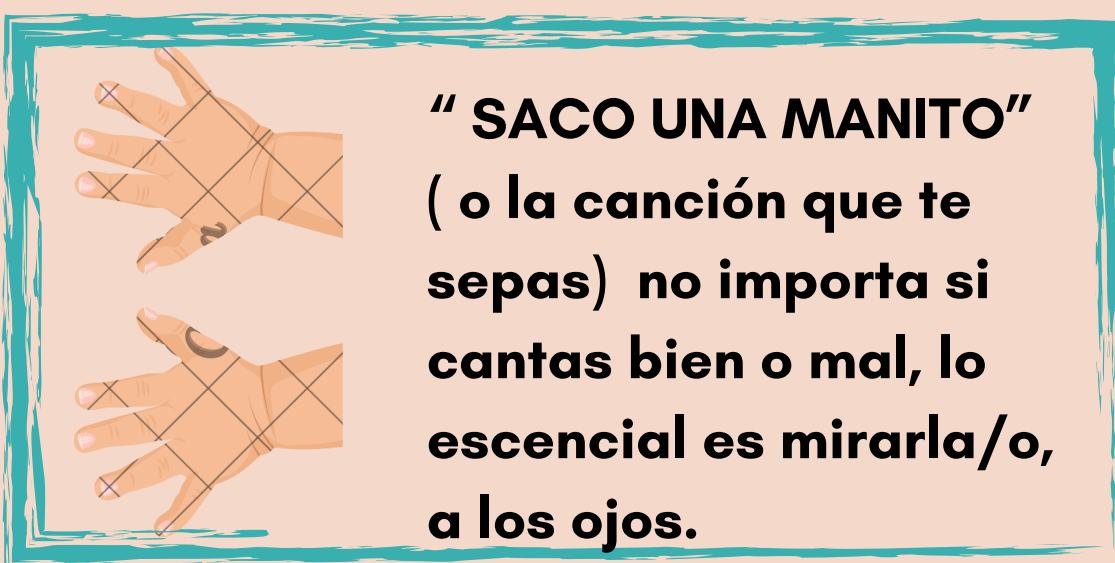
**El juego es una herramienta esencial para el
crecimiento y el bienestar de los niños y niñas**



El gran desafio de JUGAR

El mundo adulto es complicado, a medida que crecemos asumimos más responsabilidades que son esenciales en la vida. Trabajar, estudiar, cuidar a otros, mantener la casa en orden, entre otras tareas, ocupan la mayor parte de nuestro tiempo. Por este motivo, te animamos a jugar al menos 5 minutos al día, o el tiempo que puedas, con los niños y niñas que están bajo tu cuidado.

De 0 a 2 años: Los niños y niñas, están descubriendo el mundo, miran por primera vez sus colores, sus texturas, aprenden agarrar las cosas y a sentir sus olores, en esta etapa no hace falta tener el mejor juguete, solo una buena imaginación. Estas son algunas propuestas:



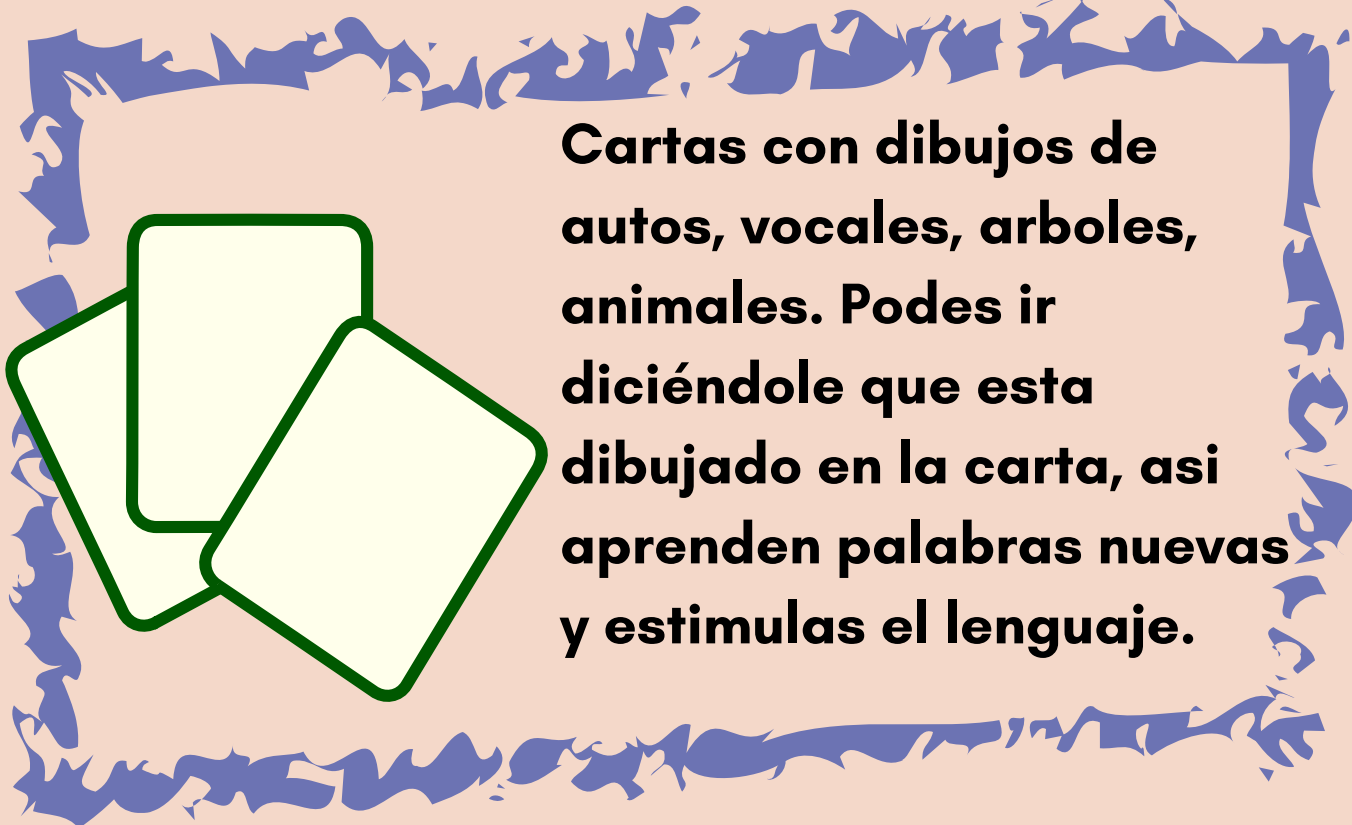
Canciones infantiles que te sepas. Pueden hablar de animales y sonidos. Para que jueguen y de paso aprendan juntos/as-



“El espejo” , “ Aqui esta” , les encanta verse a ellos mismos, desaparecer y volver aparecer. Es magia!



Los bloques: pueden ser de cualquier tipo, de madera o de plástico. Pueden construir castillos, casa, autos, etc



A una botella, puedes agregarle alguna legumbre, o arroz, o botones. Y usarla de sonajero. También puedes agregarle agua, un poco de brillo y observar todo desde la botella.

El gran desafio de JUGAR

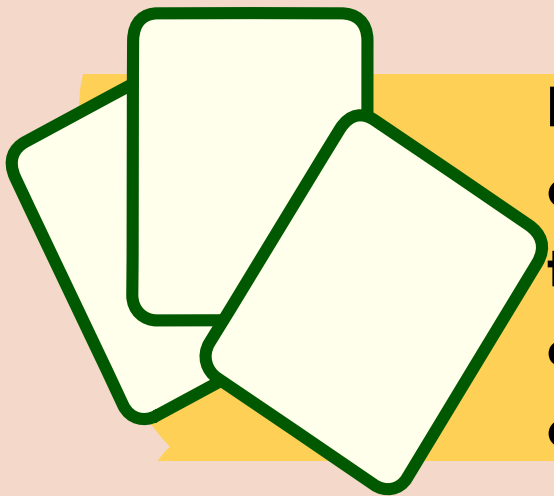
De 3 a 6 años: Los niños y niñas, están aprendiendo a jugar con otros niños y niñas. Aprenden del mundo adulto, sus reglas y sus modos de comunicarse. Empieza a sonar cada vez mas fuerte la palabra LIMITE, es una edad llena de desafíos. Algunos juegos para acompañar esta etapa son:



La masa: cuando son mas pequeños podemos hacerla los adultos. Pero cuando son mas grandes los niños/as pueden ayudarnos hacerla, ya que van aprendiendo a seguir instrucciones.

RECETA DE LA MASA:

- HARINA
- SAL
- AGUA
- UN POCO DE TEMPERA O COLORANTE.



Las cartas siguen siendo divertidas a esta edad. Si tienen los nombres de los objetos, mejor, para ir aprendiendo a leer y escribir.



Canciones con rimas, o que requieren memorizar, como “la chivita”, “la canción del té”, “ soy una serpiente”, “cuchara cucharón”, etc



Cocinar juntos: pueden imitar que son youtubers concineros y que estan enseñando una receta.



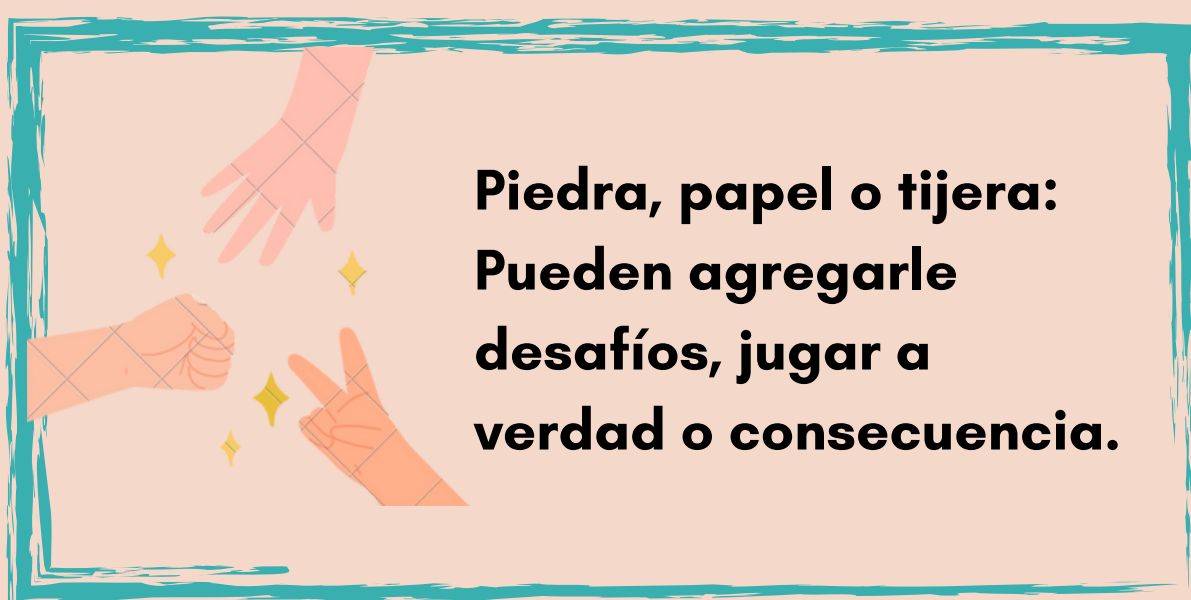
Dibujo libre o con consignas “dibuja un planeta desconocido” “ un personaje nuevo” “una casa” , etc



Juegos de dados, con prendas, desafíos, ¿que numero es? , etc

El gran desafío de JUGAR

De 7 a 12 años:: Los niños y niñas, en esta etapa comprenden aun mas el mundo, saben leer, escribir, sus preguntas son mas complejas y estan llenos de dudas. Algunos/as estan aprendiendo atarse los cordones, patean y tiran mas fuerte la pelota. A esta edad estan transitando ser mas independientes. Aca les dejamos algunas actividades para compartir juntos:



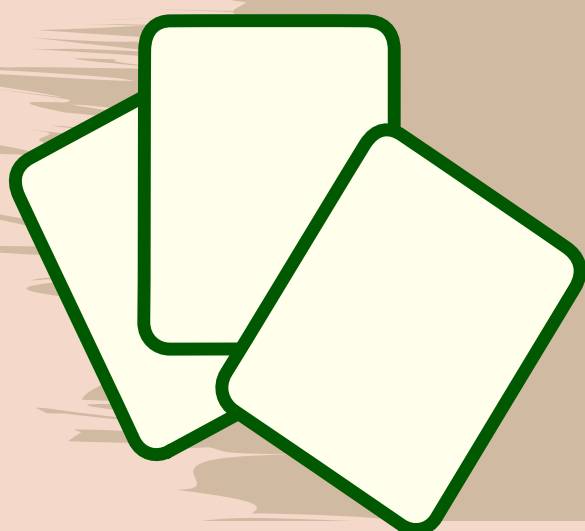
Juegos de mesa, como el ludo, las damas, el ajedrez. Si no tenes uno, podes bajar alguna aplicación en tu celu y poner la opción de mas jugadores.



Cocinar juntos sigue siendo una buena opción, a esta edad podes darle mas responsabilidades.



Aprender a contar chistes, trabalenguas o cuentos cortos de terror, fantasia, graciosos, anécdotas propias, etc



Pueden aprender juegos con las cartas como el UNO, la casita robada, escoba del 15, etc.

Había una vez ... cuentos en la infancia

Los cuentos infantiles dejan una huella imborrable en la vida de los niños y niñas. A través de ellos creen en las brujas, las hadas, los dragones, seres con super poderes y muchas otras cosas mas. Quizás no puedan leerles todas las noches, sin embargo, es fundamental generar pequeños espacios donde puedan explorar y compartir estas historias de vez en cuando.

¿Porque es importante leerle cuentos a los niños y niñas?

- **Con los cuentos los niños y niñas aprenden a identificar sus emociones y la de los demás.**
- **Estimulan la memoria, la atención y la imaginación.**
- **Los niños y niñas, aprenden nuevas palabras y formas de comunicarse.**
- **A través de los personajes, los niños y niñas, encuentran nuevas soluciones a problemas.**
- **Aprenden valores , sentimientos y emociones.**



¿Que es el "berrinche" ?

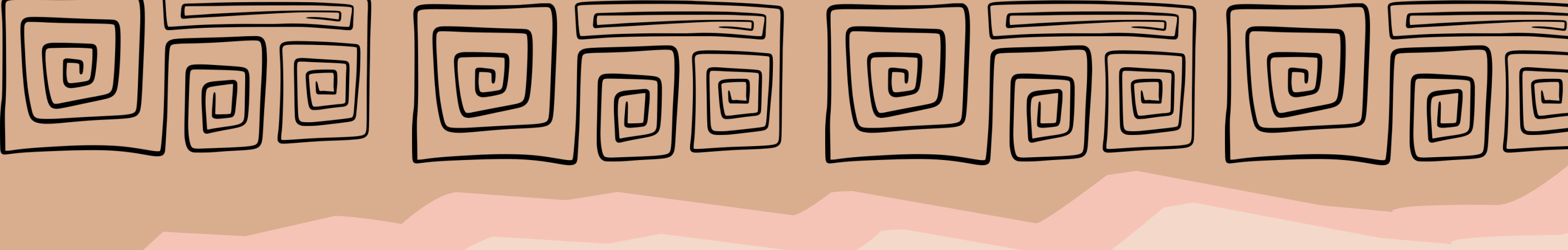
Los llamados “ berrinches”, son episodios emocionales intensos que experimentan los niños y niñas a medida que van creciendo. Cuando se sienten abrumados/as por diversas emociones como la frustración, el cansancio o la incapacidad para expresar lo que sienten. No son simplemente “rabietas” o “caprichos”, sino manifestaciones propias del desarrollo emocional. Como adultos es fundamental entender que los niños y niñas están aprendiendo de sus emociones, de como a travesarlas. de limites y de como comunicar sus necesidades. En este cuadernillo queremos sugerir algunas maneras de acompañar a los niños y niñas en este proceso.

Etapas del berrinche

- 1 - El niño/a deseo de obtener algo.
- 2- “NO” por parte del adulto.
- 3- Frustración del niño/a ante la negación de su deseo.
- 4- Incomodidad a traves del llanto, golpes, gritos, etc.
- 5- Perdida de control sobre las emociones. En este momento la niña/o no comprende razones, por lo que no será posible hablarle o explicarle.
- 6- La emoción va pasando a medida que pasan los minutos, la niña/o vuelve a tener control de sus emociones,
- 7- Sentimientos como tristeza o arrepentimiento,

(estas etapas, son una aproximación. Ninguna niña/o es igual a otro/a.)





¿ Que podemos hacer?

Tratar de mantener la calma: Sabemos que puede ser muy difícil. Pero la clave para acompañar este momento de desborde emocional, es evitar el propio desborde. Se paciente y respira profundo. Si ves que estas por perder la calma, tomate un tiempo.

Validar emociones: Reconocer y validar lo que el niño o niña está sintiendo sin juzgar. “ Entiendo que estes enojado/a, que estes triste”. Esto ayuda a que se sienta comprendido/a y a aprender a identificar sus propias emociones.

Mantener límites claros: Aunque es importante ser comprensivo, también es crucial mantener límites claros y consistentes. Por ejemplo, si el niño o la niña quiere algo que no puede tener, explícale con calma el porqué y ofrecele alguna alternativa.

Proporcionar consuelo: Preguntar al niño/a si necesita un abrazo en ese momento, utilizar voz suave y decir palabras afectuosas, puede ayudar a calmar al niño/a.

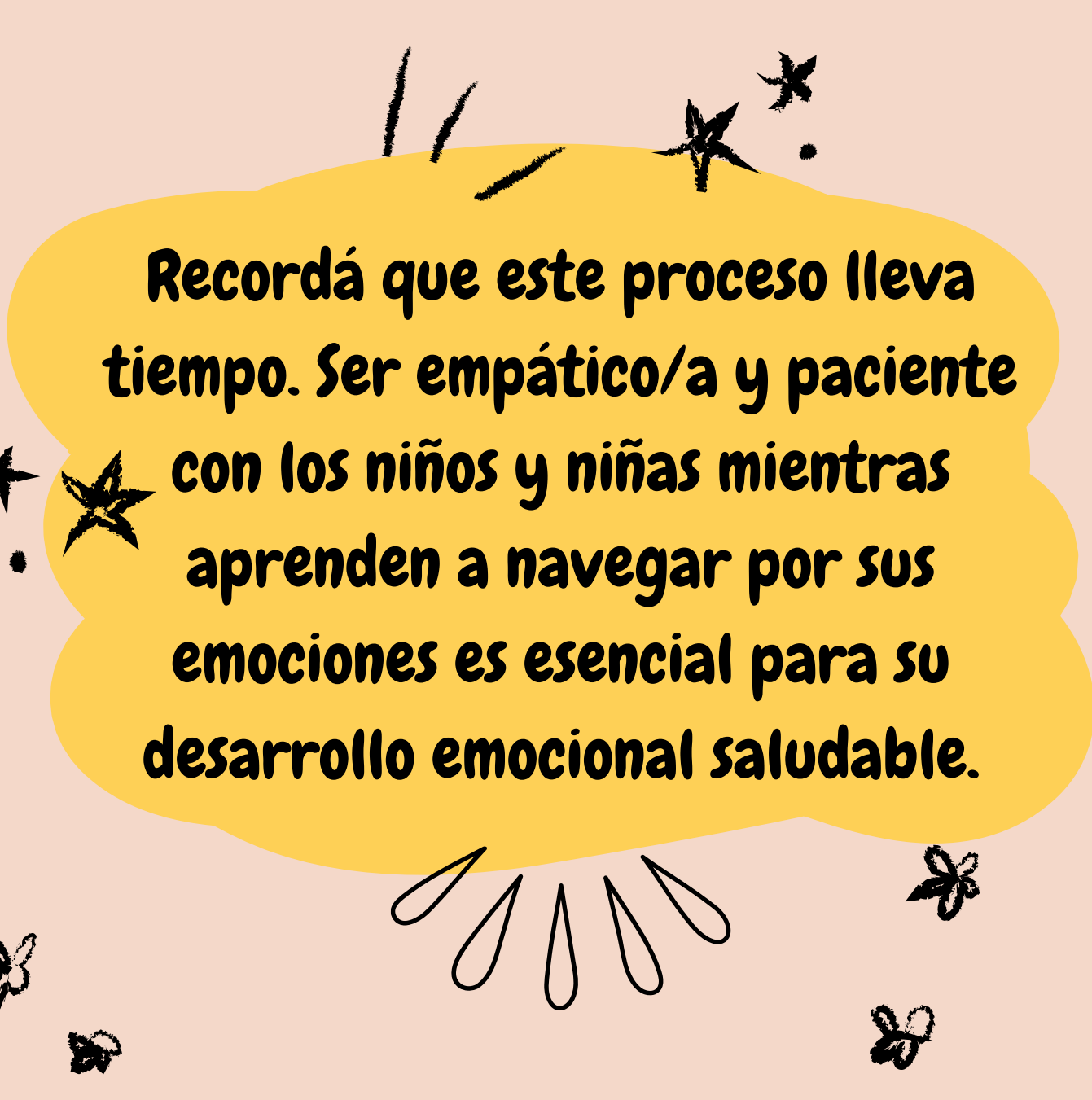
Dar opciones: Permitir a la niña/o tomar decisiones. “ Entiendo que quieras ir a la plaza, pero quizás podemos ir en otro momento”

¿ Que podemos evitar hacer?

No ignorar ni minimizar: Ignorar el berrinche puede hacer que el niño/a se sienta incomprendido o aumentar su frustración.

Intentar no ceder a demandas irracionales: Ceder ante todos los deseos del niño/a refuerza la idea de que los berrinches son una táctica efectiva para conseguir lo que quieren.

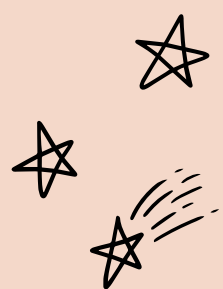
No castigar: Utilizar castigos puede aumentar la intensidad del berrinche y no ayuda a la niña/o a aprender a gestionar sus emociones.



Recordá que este proceso lleva tiempo. Ser empático/a y paciente con los niños y niñas mientras aprenden a navegar por sus emociones es esencial para su desarrollo emocional saludable.

**Mientras media humanidad
muere de hambre de pan,
Media humanidad muere de
hambre de abrazos.**

Eduardo Galeano



Lo esencial es invisible a los ojos

Todos y todas necesitamos miradas y abrazos, llenos de ternura, que nos hagan sentir que estamos seguros/as, aunque sea ese instante.

Los niños y niñas, necesitan de nuestros afectos desde que nacen. Está demostrado que abrazar a los niños y niñas desde que son bebés, reduce el cortisol, la hormona del estrés, generando un efecto de calma y tranquilidad.

El abrazo, puede significar muchas cosas, “esta todo bien” “acá estoy” “que alegría verte” “espero verte pronto” “sos importante para mí”, entre otras cosas, el abrazo es el “refugio”. ese espacio seguro, donde quedarnos cuando todo parece un poco más difícil.



Beneficios para los niños y niñas:

- **Dan seguridad y protección**
- **Tiene un efecto calmante**
- **Fortalecen el vínculo afectivo.**
- **Generan felicidad**
- **Aumentan el autoestima**

Abrazar nuestra historia

En nuestra infancia, quizás los abrazos no estuvieron siempre presentes. Mas bien, nos decían que eran sinónimo de demostrar “debilidad” ante los niños y niñas, y que eso nos sacaba autoridad. Sin embargo, es esencial que los niños y niñas, se sientan queridos y queridas por los adultos que los rodean.

Si los abrazos aun te cuestan, puedes intentar con palabras que reflejen ternura, las palabras pueden ser ese abrazo que están necesitando los niños y niñas que están a tu cuidado.

Recordar nunca es tarde para empezar a practicar el arte de abrazar. Si no te resulta cómodo, puedes empezar con gestos pequeños y de a poco quizás te vayas sintiendo más mejor. Recordá que el afecto se manifiesta de muchas maneras y lo más importante es que los niños y niñas sientan que son amados y valorados.



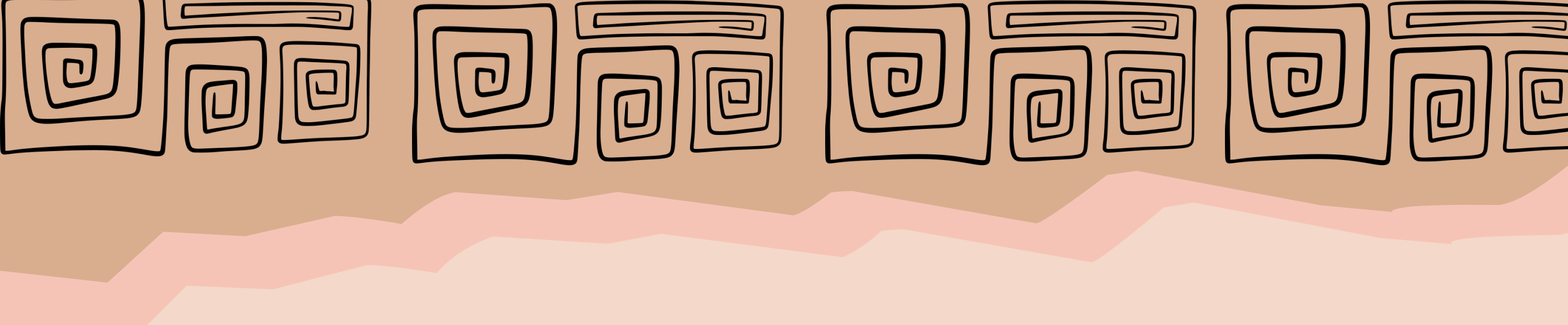
Gracias por haber llegado hasta acá. Esperamos que hayan podido disfrutar la lectura.
Sabemos que la crianza no es fácil y es por eso que no se puede hacer en soledad.
.Creemos que atraves de una mirada comunitaria las cosas pueden ir cambiando.
Creemos que nadie se salva solo y hoy mas que nunca tenemos que unirnos
Creemos que pedir ayuda es necesario.
Creemos que la ternura es Revolucionaria!

Y con esta convicción, queremos invitar a cada uno/a de ustedes a ser parte de esta revolución de amor y cuidado. La comunidad se fortalece cuando cada miembro aporta su granito de arena, cuando nos apoyamos mutuamente y compartimos nuestras experiencias y sabiduría.

Llamamos a todos a mantener viva la llama de la empatía y la colaboración. A construir puentes en lugar de muros, a extender la mano al que lo necesita, y a no tener miedo de mostrar vulnerabilidad. Solo así, en unión y con ternura, podremos crear un mundo más justo y lleno de esperanza para las futuras generaciones.

Gracias por ser parte de este viaje. Juntos/as, podemos hacer
“ UN MUNDO DONDE QUEPAN MUCHOS MUNDOS ”





BIBLIOGRAFIA

- Ministerio de Salud y Desarrollo Social. SENAF. (2019). Primera Infancia. Mejores comienzos. Desarrollo Emocional de 0 a 3 años.
 - Ministerio de Educación de la Nación. (2011). Acerca de los libros y la narrativa en el Nivel Inicial. <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL006527.pdf>
- PIP – Primera Infancia Primero (Fundación Navarro Viola)
- JUEGOS PARA NIÑOS Y APOYO A LA CRIANZA
 - CRIANZA EN FAMILIA
- OEI-UNICEF “Apoyo a la Educación Infantil y a los Derechos de la Infancia
- 