



# Crianza afectiva y respetuosa en el hogar



## ¿Por qué usar la crianza afectiva y respetuosa en mi familia?

La **crianza afectiva y respetuosa** busca promover la **consciencia** y el **autocuidado** en nosotros, los adultos, para que generemos **vínculos afectivos** y **respetuosos** con las niñas, niños y adolescentes. Entendemos la educación como un proceso a largo plazo en el que debemos lograr proporcionar **habilidades para la vida** con un enfoque de buen trato **respetando sus derechos**.

## ¿Por qué mi hija/hijo se comporta de esa manera?

Debemos comprender que las conductas de una niña, niño o adolescente no son para atacar a los padres. Mamá y papá no deben tomarlas de manera personal. Todas las conductas de sus hijas e hijos **tienen un propósito**, como **ser queridos, aceptados, sentirse útiles o sentirse parte de algo**.

## Pautas para la crianza afectiva y respetuosa



### Cuando esté ocurriendo una situación o conducta inesperada por parte de tus hijas o hijos:

- ✓ Sé **amable** y **firme** al mismo tiempo.
- ✓ **Actúa más** y **habla menos**; hay momentos en los que tendrás que interrumpir la situación.
- ✓ Tus acciones tienen que ser **respetuosas** y **razonables**, sin cruzar el límite hacia un castigo violento (físico o emocional).
- ✓ **Practica el tiempo fuera positivo**, un tiempo **para pensar** y **calmarse** (no tiene que ser aislado ni obligado a la fuerza, sino un espacio seguro para conectarse con uno mismo).

### Cuando estén más calmados:

Usa las **5 R's** de la crianza afectiva y respetuosa

# R

- ecogerse:** busca un lugar adecuado para conversar.
- econocer:** nombra lo que ha sucedido.
- econciliarse:** cuida el vínculo con tu hija o hijo.
- esolver:** busquen juntos una solución.
- eparar:** busca que asuma su responsabilidad y repare el daño.



# Familias