

E-Blast: Crianza saludable

La crianza saludable se refiere a una forma de educar basada en el respeto hacia los niños, niñas y adolescentes como sujetos de derechos, reconociendo que tienen los mismos derechos fundamentales que las personas adultas. Este tipo de crianza busca promover su desarrollo físico, emocional y social dentro de un ambiente seguro, afectivo y respetuoso.

A continuación, se presentan algunas recomendaciones para fomentar una crianza saludable:

1. **Conocer, proteger y dialogar:** Es la base de una crianza respetuosa. Escuchar activamente y dialogar fortalece la confianza y la comunicación familiar.
2. **Demostrar afecto y apoyo emocional:** Expresar cariño, ofrecer abrazos, validar las emociones y estar disponibles para escuchar, son acciones poderosas que favorecen el bienestar emocional.
3. **Establecer normas y límites claros con respeto:** La maternidad y paternidad positiva no significa permitir que los niños hagan todo lo que desean, sino establecer límites claros y coherentes, explicar las razones y mantener una actitud firme pero amable. Esto les brinda estructura y seguridad.
4. **Resolver los conflictos sin violencia:** En lugar de gritar o castigar, se pueden utilizar estrategias como el diálogo, la reparación del daño, el tiempo para calmarse y las consecuencias lógicas, promoviendo así el aprendizaje y autorregulación.

Referencia:

<https://www.educo.org/blog/parentalidad-positiva>