



CRIANZA RESPETUOSA

E - B O O K

¡HOLA!

Te doy la bienvenida a este libro digital que he creado para darte algunos de los fundamentos que considero más importantes a la hora de abordar el viaje de la crianza. No es solo para quienes tienen hijos sino, para todos los que **SOMOS** hijos, porque como irás viendo a medida que avances en la lectura; esto tiene que ver más contigo que con tu descendencia.

Si bien se dice que *"no hay un manual para criar"*, sí creo que contamos con una línea base que constituye el fundamento sobre el cual construiremos nuestra experiencia, y es que aprendimos a ser padres siendo hijos. Viendo y experimentando lo que nuestros adultos cuidadores hacían (o no hacían) mientras estábamos creciendo. Pero no te asustes, nuestras experiencias pasadas no nos condenan ni nos garantizan la nuestra, aunque sí que son el punto de referencia más profundo que tenemos en nuestro mapa. Así que seguramente si te has dicho que no repetirás esto o aquello que hacía alguno de tus cuidadores, ¡ya te has encontrado repitiéndolo exactamente! Y es que vamos escribiendo nuestra historia mientras descartamos o transformamos las letras y palabras que se nos dieron mientras éramos solo hijos.



Como ves, esta mirada que hoy te ofrezco no se puede resumir en tips ni consejos para que nuestros hijos coman brócoli, se acuesten temprano o arreglen su desorden. Ciertamente eso también es importante, sobre todo si consideramos que la crianza es muy larga y que conviviremos juntos muchos años; pero lo que más me importa es que tengas el valor de mirar en tus propias experiencias, que te pongas el traje de buzo y te dispongas a navegar las aguas profundas de tu **YO-Hijo/Hija** y que te dejes sorprender por los tesoros que allí descubrirás. ¡Yo estoy dispuesta a acompañarte!

Ser el mejor papá o la mejor mamá para tus hijos es posible porque parto de que no nos hemos encontrado por casualidad y que de alguna forma todavía inexplicable para mí, nos hemos escogido mutuamente. Así que, si me permites, **creo que tenemos los hijos que necesitamos tener para que nuestra alma crezca** y, por consiguiente, no “nos tocan” hijos difíciles, brillantes, amorosos, tremendos, vagos, nobles o irrespetuosos. Ellos son en grandísima medida, la cosecha de las semillas que consciente o inconscientemente hemos sembrado.

Entonces, esta pequeña guía se trata más bien de acompañarte a desarrollar las destrezas necesarias para *escoger esas semillas con la mayor consciencia posible* porque como mamá de adolescentes, te reitero algo que ya seguro has oído mucho: es verdad que crecen y que todo lo que pusiste en esa cajita de herramientas emocionales, se queda con ellos para siempre.

Pues bien, ya tienes una idea de lo que encontrarás de aquí en adelante: algo de teoría y mucho de lógica que es lo que más vas a necesitar para que este trabajo te salga lo mejor posible. Por cierto, el trabajo más delicado que tendremos alguna vez en la vida: la salud mental de una persona.

Gracias por permitirme acompañarte en este re enfoque. Sé que puede ser distinto a lo que esperabas, pero ya he recorrido este camino y créeme cuando te digo que disfrutarás la experiencia, así como tus hijos disfrutarán crecer junto a ti.

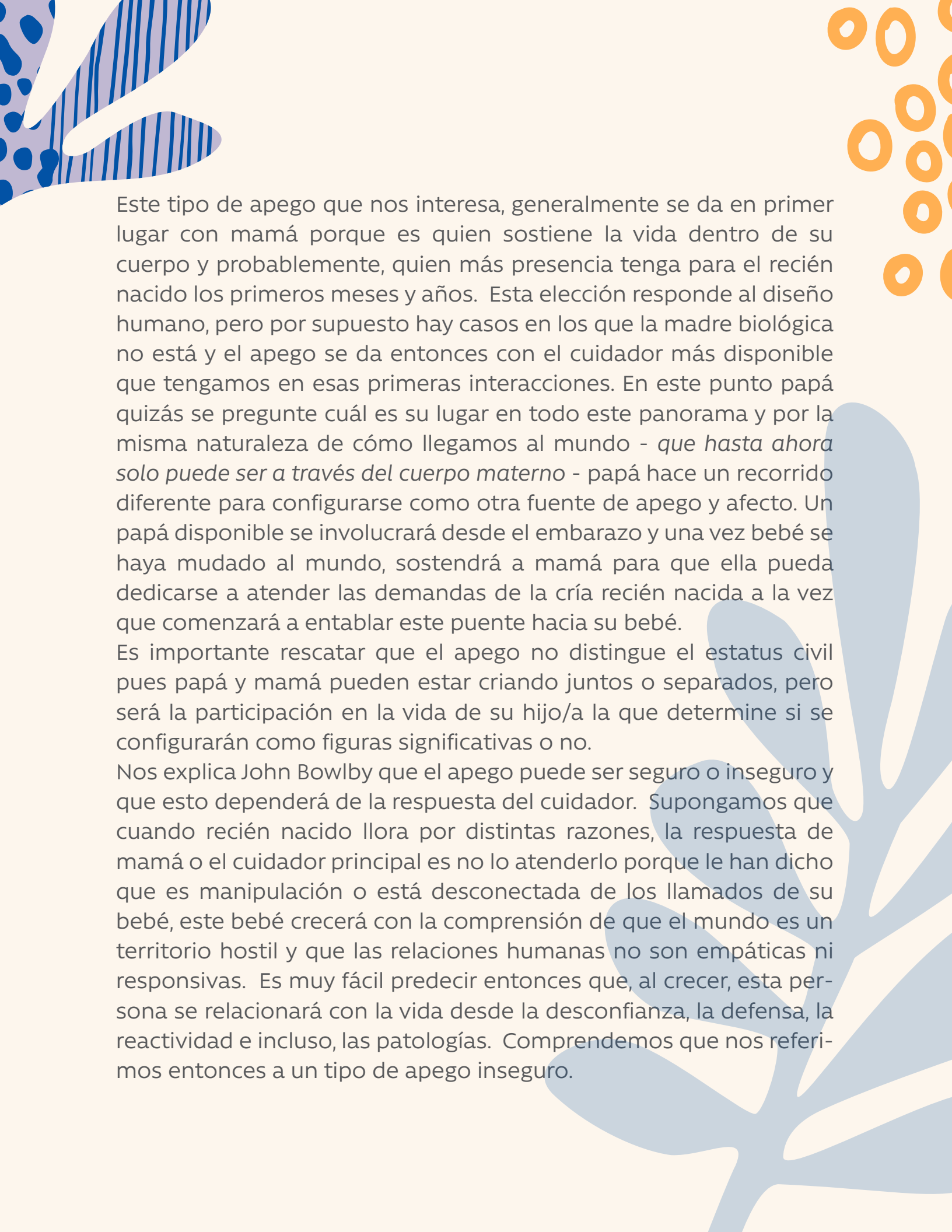
UN POCO DE TEORÍA

La Crianza Respetuosa no es un puñado de postulados románticos, ¡hay teoría que la sustenta!

Empecemos con nuestro marco teórico pues mucho de lo que te diré en las siguientes líneas fue estudiado previamente por autores e investigadores que consideraron que el vínculo que se da en las primeras relaciones humanas, se convierte en el referente para todas las relaciones que tendremos a lo largo de la vida.

Así llegamos entonces a la Teoría del Apego desarrollada por el psiquiatra americano John Bowlby a finales de los años 50 y que posteriormente ha sido enriquecida, revisada y re confirmada por muchos otros grandes como Mary Ainsworth.

El material alrededor de estos postulados es vasto y constantemente aparecen nuevos voceros pidiéndonos que prestemos atención pues esta teoría resume la esencia de la experiencia humana, por lo que me centraré en una definición muy sencilla: desde la **Teoría del Apego**, John Bowlby sostiene que absolutamente todos los seres humanos vivimos una experiencia de apego temprana que ocurre desde el embarazo y durante los primeros 1.000 días de vida (0 a 3 años) y que lo que varía es la calidad de ese apego. Por supuesto, desde la mirada psicológica entendemos el apego como un vínculo necesario para la supervivencia que nada tiene que ver con la otra acepción del término que nos habla de apego a objetos o bienes materiales que necesitamos erradicar.



Este tipo de apego que nos interesa, generalmente se da en primer lugar con mamá porque es quien sostiene la vida dentro de su cuerpo y probablemente, quien más presencia tenga para el recién nacido los primeros meses y años. Esta elección responde al diseño humano, pero por supuesto hay casos en los que la madre biológica no está y el apego se da entonces con el cuidador más disponible que tengamos en esas primeras interacciones. En este punto papá quizás se pregunte cuál es su lugar en todo este panorama y por la misma naturaleza de cómo llegamos al mundo - *que hasta ahora solo puede ser a través del cuerpo materno* - papá hace un recorrido diferente para configurarse como otra fuente de apego y afecto. Un papá disponible se involucrará desde el embarazo y una vez bebé se haya mudado al mundo, sostendrá a mamá para que ella pueda dedicarse a atender las demandas de la cría recién nacida a la vez que comenzará a entablar este puente hacia su bebé.

Es importante rescatar que el apego no distingue el estatus civil pues papá y mamá pueden estar criando juntos o separados, pero será la participación en la vida de su hijo/a la que determine si se configurarán como figuras significativas o no.

Nos explica John Bowlby que el apego puede ser seguro o inseguro y que esto dependerá de la respuesta del cuidador. Supongamos que cuando recién nacido llora por distintas razones, la respuesta de mamá o el cuidador principal es no lo atenderlo porque le han dicho que es manipulación o está desconectada de los llamados de su bebé, este bebé crecerá con la comprensión de que el mundo es un territorio hostil y que las relaciones humanas no son empáticas ni responsivas. Es muy fácil predecir entonces que, al crecer, esta persona se relacionará con la vida desde la desconfianza, la defensa, la reactividad e incluso, las patologías. Comprendemos que nos referimos entonces a un tipo de apego inseguro.

Supongamos que un bebé recién nacido y mayor, recibe contacto constante piel con piel, es contenido, arrullado, atendido oportunamente, alimentado serenamente, y que su experiencia vital se traduce en algo positivo y agradable; pues estaremos ante un caso de apego seguro que transitará la vida desde la confianza, que establecerá relaciones desde la tranquilidad y que sabrá que, en la interacción con otros, conseguirá los acompañantes y complementos que requiere para desarrollarse sanamente. En esta experiencia, el niño crece sabiendo que su cuidador no va a fallarle, sintiéndose amado, valioso, importante y perteneciente. Esta división inicial de los tipos de apego posteriormente fue enriquecida con subdivisiones que categorizan el apego inseguro en:

◆ **ANSIOSO O
AMBIVALENTE**

◆ **EVITATIVO**

◆ **DESORGANIZADO**

ANSIOSO O AMBIVALENTE

El que ocurre cuando el niño no confía en sus cuidadores y tiene una sensación constante de inseguridad reflejando miedo y angustia exacerbada ante las separaciones, así como dificultad para regularse en la presencia del cuidador. Son niños con alta vigilancia, temor de ser abandonados, dificultad para relajarse y confiar y recurrente preocupación ante la distancia del cuidador. Es decir, respuestas aparentemente opuestas o ambivalentes que en la adultez pueden traducirse en relaciones de dependencia.

EVITATIVO

El que se da cuando el niño ha dado por sentado que no puede contar con su cuidador ante la ausencia reiterada de respuestas y desarrolla estrategias de distanciamiento emocional. Se muestra prematuramente "independiente", insensible a la separación, más interesado por los objetos que por la interacción social sintiéndose perennemente poco queridos. En la vida adulta tienden a evitar la intimidad, a relacionarse superficialmente y a ser tildados de hostiles e insensibles.

DESORGANIZADO

Es una mezcla entre ambos tipos de apego inseguro en la que el niño pierde la confianza en su cuidador, se relaciona desde el miedo y la ira. Con frecuencia muestra reacciones explosivas y dificultad para expresar sus emociones. Llegada la adultez pueden ser personas que parecieran rechazar las relaciones cuando es en realidad lo que más anhelan.

Comprendido esto, seguramente te estarás preguntando de qué tipo de apego vienes y esa es una cuestión necesaria para seguir avanzando en la comprensión de quienes somos como individuos y por qué somos los padres y las madres que somos. Es saludable también que, si no tienes suficientes piezas para configurar tu rompecabezas, indagues en quienes preserven memorias de tu infancia para ayudarte a aclarar el panorama. Las mamás son ideales, aunque comprendamos que todo relato estará filtrado por su propio lente que probablemente trate de acomodar el recuerdo al más digerible posible. Además de mamá, consulta a papá, abuelos, tíos, primos, hermanos y otras personas que estuvieron cerca mientras crecías. Alienta a tu pareja a hacer lo mismo y estarán limpiando la relación de muchas capas de malentendidos y suposiciones que solo nos separan.

Así mismo puedes estar pensando que no te gusta la respuesta que te está llegando y te preguntas si estás a tiempo de cambiarla. Te entiendo perfectamente, ¡todos tenemos la misma duda! Pues bien, tengo buenas noticias. El estilo de apego temprano es importante para la configuración que vamos a desarrollar respecto al mundo y las relaciones humanas pero no es un marco sólido e inamovible. Las experiencias que vivimos a lo largo de la vida, lo que aprendemos de otros, lo que escogemos transformar; puede convertir ese marco inicial en la puerta de entrada a nuevos enfoques y oportunidades. Tanto es cierto esto que probablemente ahora mientras me lees, te das cuenta de la raíz de muchas situaciones, creencias y actitudes que parecían no tener explicación hasta ahora y de repente, aclarar tu experiencia de apego temprano es como cambiarte los lentes por los sucios que traías a unos transparentes y diáfanos.

¿Cómo vamos hasta aquí? ¿Mucha información movilizadora, cierto? ¡Te advertí que necesitarías traje de buzo porque íbamos a lo hondo!

De acuerdo, toma aire que seguimos...

NACEMOS NO APTOS PARA LA VIDA

Quizás para este punto ya te diste cuenta que los seres humanos somos los mamíferos que nacemos menos listos del reino animal. Si vemos cualquier parto de alguna mamífera, veremos cómo la cría en pocos minutos es capaz de desplazarse, abrir los ojos y alcanzar el alimento. Los seres humanos en cambio, dependemos de otros para garantizar la subsistencia. Por esta razón se habla de embarazo extra uterino o cuarto trimestre, que es el período que transcurre fuera del vientre materno y en el que los recién nacidos todavía están en delicados procesos de formación, para el cual necesitan contar con un elemento primordial, si queremos que este desarrollo transcurra sanamente. Estamos hablando de la fuerza más primitiva y poderosa que conocemos: **el amor**. Las neurociencias hoy lo demuestran científicamente y los promotores de la Crianza Respetuosa lo repetimos hasta la saciedad: el adulto sano se moldea con buenos tratos.

¿Qué duda queda entonces de la importancia *-incluso neurológica-* de la presencia vital de los cuidadores durante los primeros meses de vida? El cerebro del recién nacido está tendiendo puentes fundamentales para su adecuado funcionamiento. Ante la presencia de estrés, el cuerpo se dedica a atender la emergencia y secreta cortisol, la hormona del miedo, que distrae al cerebro de su proceso principal para dedicarse a atender la emergencia. Por lo tanto, un bebé que no es atendido oportunamente en sus necesidades, que es dejado llorando para que se entrene a dormir la noche completa o para desarrollar sus pulmones, o al que no se le proporciona el contacto materno cuando lo requiere; será un bebé estresado y a medida que crezca estas heridas emocionales se expresarán en distintas formas: ansiedades, inseguridades, ira e incluso, patologías. Probablemente ya te queda más claro cómo se relaciona la sensación de desesperanza que puede vivir un adulto con los cuidados tiernos que recibió en su primera infancia.

CRIANZA RESPETUOSA Y LÍMITES

La Crianza Respetuosa es una forma de abordar el ejercicio parental que considera al niño como una persona con los mismos derechos de un adulto y cuyas bases fundamentales son el amor, el respeto y los límites no punitivos. Más allá de un acercamiento, es una forma de vida y por lo tanto, es aplicable a cualquier etapa evolutiva de los individuos.

Considero que esta mesa se sustenta en 4 pilares fundamentales:

1

Igualdad de derechos para niños y adultos que desmonta la creencia de que los mayores son los únicos que saben y por ende, los niños deben obedecer.

2

Empatía para ser capaces de sintonizar con las necesidades genuinas de nuestros hijos y responder a ellas oportuna y amorosamente.

3

Límites claros basados en el modelaje, y el amor con firmeza y sobre todo, sin violencia.

4

Respeto a su integridad física y emocional que descarta las correcciones físicas o agresiones psicológicas y busca alternativas respetuosas. Respeto de igual manera a sus ritmos evolutivos.





¿Eres de los que ha pensado o escuchado que eso de criar con respeto es dejar que los hijos **“hagan lo que les dé la gana”**?

Pues lo he escuchado bastante y por eso te doy respuestas y así podrás tener argumentos a la hora de sostener tu abordaje a la crianza. **Falso de toda falsedad.** La Crianza Respetuosa se fundamenta en los límites claros como eje central y particularmente, los considero incluso, protectores de salud mental.

¿Qué pasaría si manejáramos por una vía rápida sin semáforos ni señalizaciones? Así mismo pasa cuando no sabemos los roles ni las tareas propias ni de los demás, estamos desorientados, angustiados y llenos de incertidumbre por no poder predecir lo que nos espera. Unos límites definidos desde el amor y el respeto, que comprendan las demandas de cada ciclo vital por el que pasan nuestros hijos, que se ajusten con el tiempo a medida que el peque vaya creciendo y sus necesidades vayan cambiando; son sanos y necesarios. Con frecuencia nos confrontamos con situaciones que nos obligan a poner límites entre adultos y no siempre resulta tan fácil, por lo que modelar esta práctica desde pequeños es un gran legado que dejaremos a nuestros hijos.

CRIANZA RESPETUOSA Y PATALETAS

Hasta ahora he entendido que esta mirada va de conectar más que de educar pero, ¿qué pasa cuando tu hijo de 28 meses se tira al piso y comienza a repartir patadas?

Las pataletas o berrinches son episodios de desregulación emocional. Es lo mismo que pasa en un tendido eléctrico que colapsa dejándonos a oscuras. La pataleta es la vía que tiene el niño de decirnos a su manera “no puedo más. No sé cómo llegué a este estado y mucho menos sé cómo salir de él. **¡Por favor ayúdame!**”

Basada en mis experiencias y mis estudios, hace años desarrollé un modelo que recorre todas las fases por las que pasa una pataleta a cualquier edad, porque te recuerdo, ¡todos las hacemos! Si no me crees, piensa en la última vez que hiciste una tú...

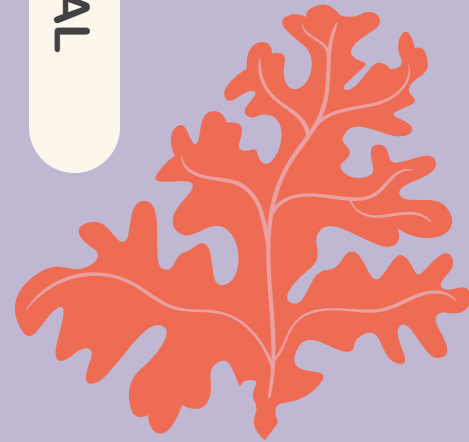
4 FASE EDUCATIVA

1 FASE AGUDA

4 FASES
DE LAS
PATALETAS

3 FASE TÁCTIL

2 FASE VOCAL



1 FASE AGUDA O VISIBLE

Es la expresión visible del colapso emocional y puede variar de una persona a otra. Podremos ver llanto, mordiscos, auto lesiones, patadas, gritos, hasta vómitos. Todas estas expresiones nos comunican una cosa, quien peor la está pasando en medio de la pataleta es quien la está viviendo en carne propia.

2 FASE VOCAL

En este punto ya hemos entendido, incluso por lo que necesitamos cuando nosotros mismos nos desregulamos, que necesitamos contención y muchas veces incluso compañía. El recurso que con frecuencia mal utilizamos y está siempre disponible, es el de regular el volumen y el tono de nuestra voz para llevar serenidad a quien está viviendo la pataleta. Una vez la persona baja sus defensas emocionales, podemos pasar a la siguiente fase.



3 FASE TÁCTIL

Todos somos seres de contacto. A la mayoría nos regula un abrazo o una caricia. Cuida mucho que esta intervención sea bien recibida. Si la respuesta es un manotazo o más llanto, vuelve a la Fase Vocal hasta que esté suficientemente receptivo/a para avanzar a la Fase Táctil.

4 FASE EDUCATIVA

Fase Educativa: este es el momento en el que sembramos para una nueva oportunidad. Puede hacerse inmediatamente el niño esté calmado y dependerá de su edad y desarrollo del lenguaje. Podemos nosotros poner en palabras lo que creemos que pasó dando espacio para que el mismo niño recapitule y brinde soluciones más adecuadas para el futuro. Si de esta conversación surgen acuerdos, es importante verbalizarlos clara y sencillamente.

Por ejemplo:

"Mi amor, ¿qué crees que pasó cuando tu prima no quiso prestarte el juguete? Yo creo que te frustraste y te molestaste tanto que empezaste a llorar muy fuerte y a pegarle.

Para otro momento en que sientas que te vas enfureciendo, prueba pedirle el juguete amablemente y si no te lo presta, jugar con otra cosa. Siempre me puedes decir qué te está pasando y yo te prometo estar más pendiente."

Una pataleta no necesita ser ignorada ni neutralizada, necesita ser comprendida y contenida. Tal como te gustaría a ti recibir atención en un momento de colapso emocional.


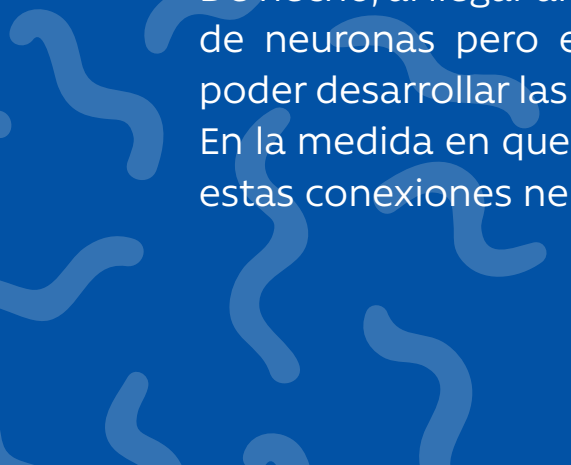


LA IMPORTANCIA DE LOS PRIMEROS 3 AÑOS DE VIDA

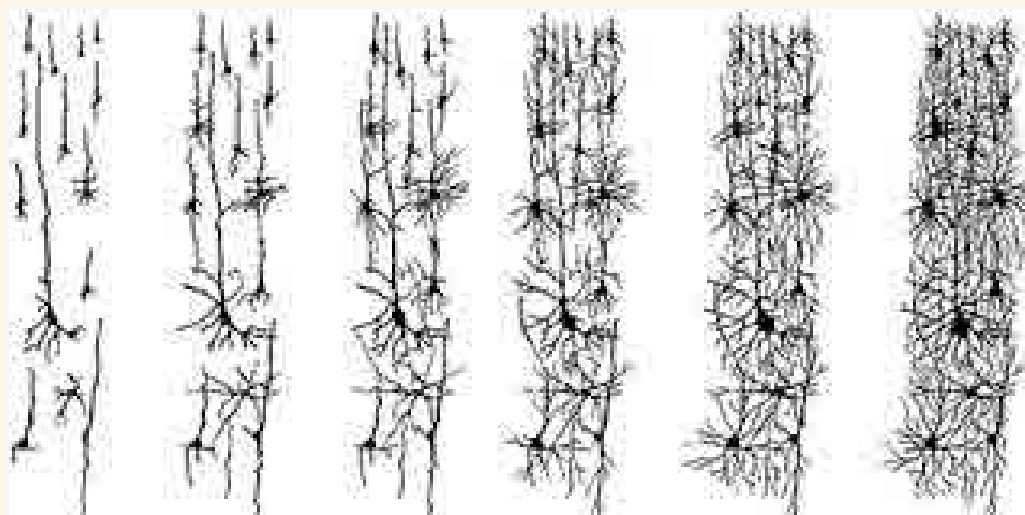
Como ya vimos en líneas anteriores, la humanidad adquiere las estructuras físicas que requiere para sostenerse en la vida, dentro del vientre materno pero el resto de habilidades necesarias para continuar saludablemente en ella, las adquirimos en lo que se conoce como ambiente o entorno. Quiere decir que la calidad de ese espacio en el que sigue ocurriendo el desarrollo cerebral luego de mudarnos al mundo, será el elemento distintivo que potenciará o desfavorecerá la persona en la que nos convertiremos. Visto desde una analogía de cocción, podemos decir que el primer horno (el vientre materno) es donde se cocina la corteza que nos contendrá y las estructuras que nos darán forma pero que el segundo horno al que llegaremos bastante crudos y en el que terminaremos de cocinarnos para estar listos, son las experiencias que viviremos fuera del cuerpo materno. La familia se constituye entonces en ese fogón que durante los primeros tres años, sentará las bases de quienes seremos para el resto de la vida.

Imaginemos entonces que la cría humana que nace cruda, depende de otro para sobrevivir. Así mismo, su mundo emocional es todavía incipiente porque su estado emocional es regulado por el estado del cuidador. Quiere decir en pocas palabras, que si el entorno es sereno, responsivo, saludable, disponible; bebé tendrá más probabilidades de crecer sanamente.

De hecho, al llegar al mundo, contamos con nuestro “paquete inicial” de neuronas pero estas todavía necesitan inter conectarse para poder desarrollar las habilidades que nos permitirán ser autónomos. En la medida en que este cerebro cuente con un ambiente positivo, estas conexiones neuronales se darán más óptimamente.



Fíjate en esta imagen que nos muestra las interconexiones neuronales en aumento progresivo a medida que pasa el tiempo. **¿No es fascinante que tengamos a la mano las neurociencias para confirmarnos la perfección de la naturaleza humana?**



0

1

6

9

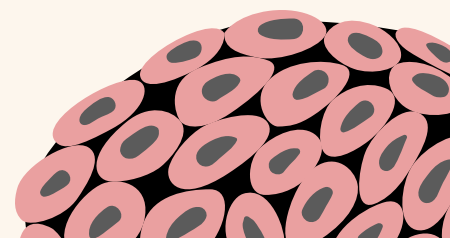
12

24

CRIANZA RESPETUOSA Y DISCIPLINA

De todos los conceptos revisados de disciplina, escojo quedarme con el que la describe como la acción ordenada, repetida y sistemática de hacer las cosas hasta lograr un hábito o beneficio. En este sentido, me gusta también retomar la **explicación de autoridad** que una vez escuché del biólogo *Humberto Maturana* en la que nos explica que la cría humana nace tan indefensa que rápidamente busca a un otro más grande, más fuerte, más inteligente y sobre todo, muy disponible que le garantice la protección en caso de aparecer alguna amenaza.

Una vez identificada esta figura de seguridad, comenzará entonces el desarrollo de la experiencia de apego que explicamos antes.



Dice Maturana que la autoridad, por lo tanto, es una relación biológica y jerárquica. Biológica porque viene dada desde la necesidad elemental de que alguien más desarrollado nos asegure que permaneceremos en la vida y jerárquica porque, de buscarnos a otro tan crudo o poco apto para la vida como nosotros, no cumpliremos la meta de supervivencia.

Entendido esto debo dejar claro que me parece más difícil perder la autoridad que sostenerla. Así, a veces los padres dicen **“debo mantener tal mandato para no perder la autoridad”** y no estamos hablando de perder una llave. No, estamos hablando de un vínculo en el que ni siquiera tuvimos consciencia para construir y que se da de manera tan natural como inadvertida. Los niños quieren adultos a quienes respetar.

Otro referente en temas de crianza consciente y conectada, el *Dr. Carlos González*, dice: la autoridad es como el dinero, si lo gastamos en cosas innecesarias, no tendremos para cuando de verdad lo necesitemos. Por lo tanto, dialogar con nuestros hijos, explicarles cómo nos sentimos con lo que deciden hacer, invitarlos a mirar cómo se sienten ellos; entre otras cuestiones, no resta autoridad. Por el contrario, suma sensación de ser amado e importante. Que son, debo decirlo, las dos necesidades que tiene todo ser humano a lo largo de toda la vida, sin importar su sexo ni edad:

Necesitamos sentirnos amados y que pertenezcemos.

¿Entonces cómo disciplinamos entendiendo que el niño es un sujeto de derechos y que el hecho de que sea mi hijo, no lo somete a mis imposiciones?

Cada etapa evolutiva encierra sus retos pero me aventuro a proponerte un punto de partida tan amplio y general que nos sirva para adaptarlo a cualquier edad.

En primer lugar tengamos claro que siempre, la prioridad la tiene proteger el vínculo que tengo con mi hijo/a. Es decir, no habrá intervención educativa o corrección disciplinaria que pueda superar esta premisa básica. Puede ser muy relevante transmitirle tal o cual enseñanza ninguna será más importante que nuestros hijos sigan considerándonos su referente de afecto y seguridad. Incluso cuando no estamos de acuerdo, y esto me hace pensar en las veces que le he dicho a alguno de mis hijos “entiendo que no me entiendas pero mi rol es protegerte a pesar de ti”.

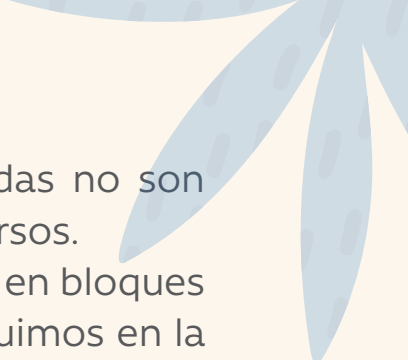
Esta premisa vital probablemente cuestiona las creencias que teníamos hasta ahora sobre las relaciones entre padres, madres, hijos e hijas que quizás se sostenían sobre la base de que debemos ser los adultos los que imponemos a los hijos la manera de conducirse por la vida y esto dista bastante de conectar con ellos y sus necesidades genuinas. De hecho, es lo que se conoce como **adultocentrismo**.

CRIANZA RESPETUOSA Y ADOLESCENCIA

Me gusta incluir esta etapa porque si bien la mayoría de la literatura alrededor del tema de la crianza respetuosa y consciente, gira en torno a las etapas tempranas, es una realidad que nuestros crecerán y se convertirán en adolescentes con nuevas necesidades y códigos relacionales.

Yo misma, como mamá de adolescentes me he propuesto reivindicar esta etapa tan mal percibida y que genera tanta angustia entre muchos padres. También como mamá debo decirles que revivir estos años con mis hijos me ha confirmado que haber vivido experiencias dolorosas durante la mía propia, no me han impedido re escribir una narrativa distinta con mis hijos.

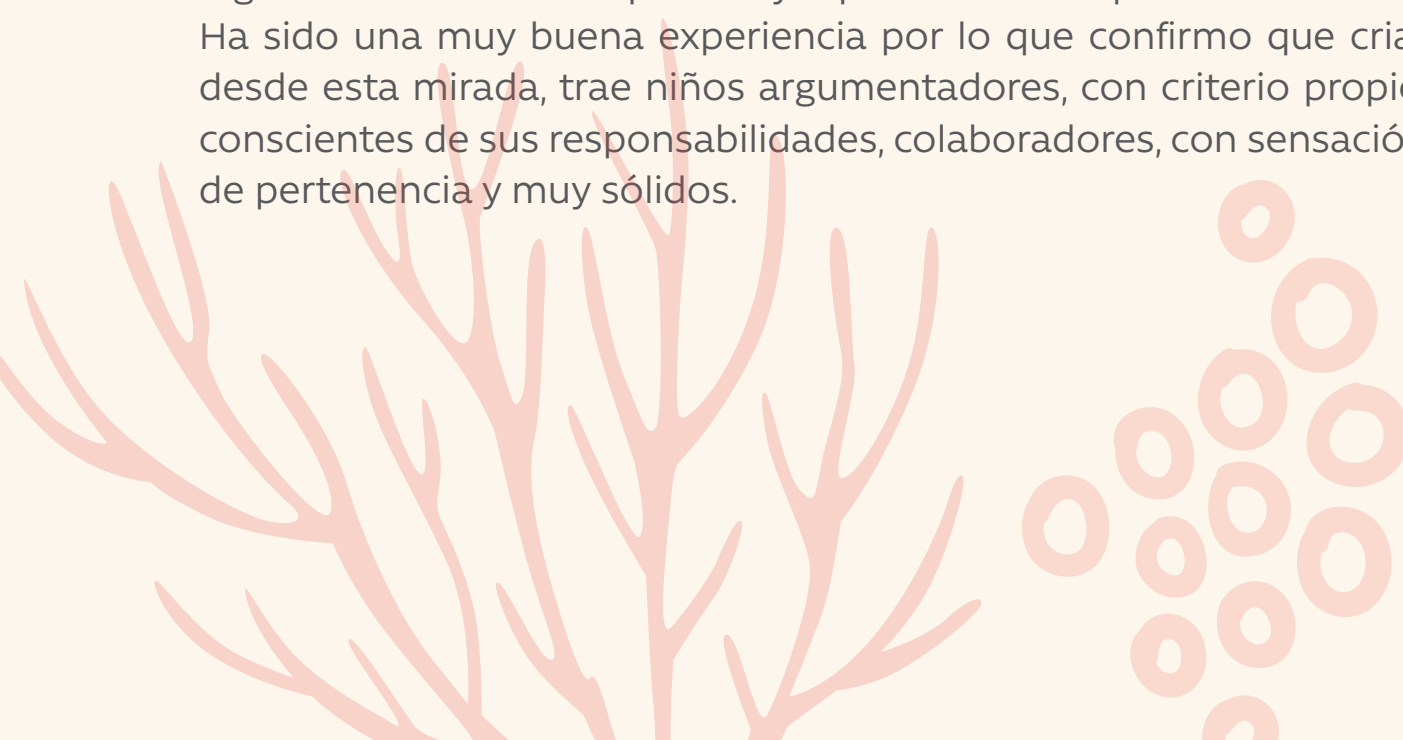




Más bien me han enseñado que las experiencias pasadas no son condenas y que toda vivencia puede convertirse en recursos. Así como la vida es un continuum y realmente no se vive en bloques o etapas, la adolescencia es la consecuencia de lo que fuimos en la pre adolescencia que a su vez es la continuación de la infancia, que le siguió a la infancia temprana que ocurrió después del embarazo que fue también cónsono con la mujer que mamá era antes de salir embarazada y así sigue el espiral indetenible generación tras generación. Si hemos escogido con consciencia las semillas que queríamos sembrar antes de llegar a este punto, tendremos muy altas probabilidades de acompañar asertivamente a nuestros hijos a través de estos años de cambios y reconfiguraciones. Si por el contrario, no construimos una relación fundamentada en el respeto mutuo, probablemente la cuesta se muestre más empinada pero siempre podremos introducir ajustes.

La adolescencia es quizás la última vez que conviviremos en el espacio físico por lo que también son los últimos años de incidir más contundentemente en nuestros hijos.

Para mí, ha sido convertirme un poco más en espectadora distante y menos de primera línea. Ha sido mantenerme disponible en la sombra viendo cómo ellos escogen relaciones, crean soluciones para salir de conflictos, toman decisiones, se enorgullecen de sus logros mientras saben que estoy aquí en caso de que me necesiten. Ha sido una muy buena experiencia por lo que confirmo que criar desde esta mirada, trae niños argumentadores, con criterio propio, conscientes de sus responsabilidades, colaboradores, con sensación de pertenencia y muy sólidos.



CRIANZA RESPETUOSA Y BENEFICIOS

Como te he dicho, convivo con la evidencia en mi casa pues mis tres hijos ya adolescentes, son hoy el fruto de esta siembra que empezó hace casi dos décadas. Es por esto que sé que puede ser retador a ratos configurar un esquema del que no venimos pero las satisfacciones superan con creces cualquier reto así que resumo mi experiencia en los siguientes puntos:

Mejor desenvolvimiento conductual

Mayor éxito escolar

Menos conflictos con la ley

Mejores indicadores de salud mental
en la adolescencia y la adultez

CRIANZA RESPETUOSA Y SOCIEDAD

Todos los seres humanos hemos venido a esta experiencia para conectar apasionadamente con algo. Algunos lo llaman misión de vida o legado y podemos pasar años buscando conectar con esa fuente de satisfacción que nos justifique la existencia.

Hace unos años entendí que mi cuota de servicio a la humanidad era aliviarle la existencia a otros y elevar sus consciencias desde su primer grupo social, es decir, la familia. Es por esto que creo fervientemente que la Crianza Respetuosa es la garantía para acompañar a construir sociedades más sanas y por ende, aunque suene a cliché desgastado, un mundo mejor.

Imagina por un momento las personas que seríamos si todos criáramos así: con padres y madres disponibles, con conversaciones, son acompañamiento, con afecto expreso, sin ningún tipo de violencia... Las sociedades dedicarían menos recursos en sistemas penitenciarios porque habría menos delincuentes; menos en medicación y hospitales porque habría menos enfermos y accidentes; menos en atención a víctimas de abusos porque habría menos agresores; y podría re dirigir su presupuesto al crecimiento de la educación de las artes, de la cultura, de las áreas verdes públicas... **en fin.**

A partir de ahora veamos nuestro ejercicio parental como un acto social porque las decisiones que tomamos respecto a la crianza de nuestros hijos, afectan a los hijos de todos.



Un abrazo,
Vida