

GUÍA PARA PADRES

# CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS: EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA EN TIEMPOS DEL COVID-19 UNA PRIORIDAD

Ana Julia Alvarado Parra • Margel Parra Fernández  
Ignacio Muñoz Delaunoy • Nelson Lay Raby

COMPILADORES



Dirección de  
Educación Continua y  
Proyectos Educativos

Facultad de Educación y Ciencias Sociales

**Santa Bárbara**

**CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS:  
EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA  
EN TIEMPOS DEL COVID-19  
UNA PRIORIDAD**

**Ana Julia Alvarado Parra  
Margel Parra Fernández  
Ignacio Muñoz Delaunoy  
Nelson David Lay  
COMPILADORES**



Dirección de  
Educación Continua y  
Proyectos Educativos

Facultad de Educación y Ciencias Sociales

**Santa Bárbara**

CRIANZA EN TIEMPOS DE CRISIS:  
EL RESGUARDO EMOCIONAL DE LA FAMILIA  
EN TIEMPOS DEL COVID-19. UNA PRIORIDAD  
ISBN: 978-958-5483-78-1

Ana Julia Alvarado De Sampieri  
anajalvarados@gmail.com

Margel Parra Fernández  
margel.alejandra@gmail.com

Ignacio Muñoz Delaunoy  
ignacio.munoz@unab.cl

Nelson Lay Raby  
nelson.lay@unab.cl

Compiladores

Alfonso Ávila, editor literario  
Alejandra Herrera, coordinador editorial  
Camilo Ávila Bustos, maquetación  
Carmen Bustos Giraldo, corrección ortotipográfica

SantaBárbara Editores E.U.  
Carrera 65 No.84/25, Oficina  
santabarbaraediciones@gmail.com  
www.santabarbaraeditores.com  
Barranquilla, Colombia

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. Queda hecho el depósito que previene la ley.

Impreso en Colombia.

## “¿LE FALTA DISCIPLINA!”

*Misael Silas Letelier Sánchez*

*mis.letelier@uandresbello.edu*

*<https://orcid.org/0000-0002-9800-6368>*

*Adriana Wettel Guanipa*

*adrianawettel@gmail.com*

La palabra disciplina ha sufrido algunas transformaciones a lo largo del tiempo. Al buscar en internet imágenes asociadas a la palabra, vemos padres enojados, apuntando a niños con el dedo y niños de espaldas mirando hacia un rincón. Pero ¿Qué significa disciplina? Tal como lo plantean Siegel y Payne (2015) es necesario reivindicar el término, ya que su definición formal hace referencia a educar o dar instrucciones, por lo que la disciplina está vinculada con la enseñanza. Los mismos autores plantean que este término no tiene que ver con una relación basada en castigo-control, lo que ellos llaman reaccionar en “piloto automático”, sino con la conexión con los hijos para favorecer las relaciones y la enseñanza de destrezas que le permitan al niño afrontar las diversas situaciones de su vida. De aquí, surge la propuesta de la Disciplina Positiva.

Uno de los aspectos más resaltantes e innovadores de esta propuesta, tiene sus fundamentos en la relación de la crianza y la formación de los primeros vínculos del niño con sus figuras de apego y el desarrollo cerebral. El cerebro de alimenta de glucosa (es decir, alimento), oxígeno y experiencias. Estudios afirman la influencia positiva de las experiencias gratificantes en la conexión neuronal y como ésta favorece el desarrollo del cerebro e incluso, de algunas

zonas específicas relacionadas con la regulación de las emociones y la relación con los demás.

El cerebro, además de los lóbulos y hemisferios que ya conocemos, también se divide en 3 grandes estructuras. El sistema reptiliano, el sistema límbico y la corteza superior. El sistema reptiliano es el instintivo. Abarca las funciones que mantienen nuestro cuerpo en equilibrio y nos mantienen con vida, como respirar, comer o el ritmo cardiaco. El sistema límbico está asociado con las emociones, los vínculos y el instinto de relacionarnos y proteger a los demás. Es conocido como el “cerebro emocional”. Y la corteza superior, que es la que nos diferencia de los animales, nos permite desarrollar habilidades superiores como la planeación, razonamiento, regulación emocional, empatía, el desarrollo moral y el juicio, etc.

Si ante una conducta que consideramos inadecuada respondemos con enojo, rabia o rencor, activamos nuestro cerebro “límbico” y “reptiliano”. Toda acción genera una reacción: en el niño suele activarse ésta misma área del cerebro; con miedo si fue amenazado; con rabia si fue retado o con tristeza si ha sido lastimado. Como padres muchas veces se responde en “piloto automático”. Esa activación de esa área del cerebro evita que se enseñe a utilizar el cerebro superior, ya que solo se centra en la emoción. Nilsen (2007) plantea las 4 “R” del castigo: Resentimiento: “esto es injusto, no puedo confiar en los adultos”; Revancha: “ahora ellos ganan, pero ya me las pagarán”; Rebeldía: “haré exactamente lo contrario, no tengo que hacerlo a su manera” y Retraimiento/Disimulo: “La próxima vez no me atrapan” o Autoestima “soy una mala persona”. El castigo evita la conexión con los hijos y aleja la posibilidad de for-

talear vínculos duraderos. El hacer esto de manera repetida, considerando que el cerebro de los niños se encuentra en desarrollo y es moldeable, va dejando de lado esas funciones que permiten lograr la autorregulación emocional.

Cuando se plantea usar el cerebro superior, se busca que, al corregir, se conecte lo planteado con las necesidades del niño, emocionales o físicas. Lo fundamental es encontrar la manera de conectarse con ellos, transmitir empatía y que se sienta escuchado; esto favorece un ambiente que propicia la comunicación y hace que el niño se sienta respetado. Y por último, luego de lograr esa conexión, es importante ir en la búsqueda de soluciones en aquellas situaciones conflictivas (pelea entre hermanos) o desviar la atención (sin invalidar, es decir, restar importancia) en esas situaciones que responden a un momento evolutivo del niño (berrinche por no lograr armar una torre de bloques).

Actualizarse, informarse y dotar al niño de estos recursos, no solo le permite resolver la situación que ocurre en el momento, sino también le proporciona herramientas que el niño va a conservar y podrán ser utilizadas en nuevas situaciones que se le presenten. Asegúrese de fomentar estas habilidades en los hijos en las primeras etapas de vida. Eso le permitirá ampliar los canales de comunicación y lograr un mayor acercamiento con ellos y vínculos que perduran en el tiempo.

### **La disciplina desde el rol educativo**

Para lograr el desarrollo social, cognitivo y emocional de los niños es necesaria la disciplina. No obstante, al momento de disciplinar a los hijos es muy común repetir modelos anteriores, aplicados por nuestros padres, donde una de las principales características era la distancia emocional,

la escasa comunicación, así como, el ejercicio de la fuerza física como medida disciplinaria, todo esto asociado al autoritarismo.

Según Steinberg (2015) la verdadera función de la disciplina no es el control, sino más bien es la guía, el aprendizaje, el desarrollo de habilidades sociales; es ayudar a que el niño aprenda las reglas que le permitan la convivencia en sociedad, sin perder su originalidad y sin que se tenga que romper el espíritu para lograrlo.

Considerando que la verdadera función de la disciplina implica un proceso de desarrollo permanente, existen elementos básicos para abordar la educación de los hijos e hijas. El primer aspecto trata de que el hijo(a) perciba, comprenda, asimile y acepte el mensaje que se le transmite, es decir, lo haga suyo ampliando con ello la percepción que tiene de la realidad. Es importante aclarar que no se trata de una imposición, sino más bien de un proceso denominado interiorización, que no es otra cosa que la toma de conciencia de lo que está bien o mal. Con la interiorización, la disciplina (primer paso en el aprendizaje de normas) pasa a la autodisciplina (paso de rango superior). Cuando la autodisciplina se asume, el comportamiento del niño/a será óptimo, aunque no estén presentes los padres.

Otro elemento básico es el respeto. Debe estar presente en todo momento y circunstancia. Desde muy pequeño el niño debe comprender que ante todo se debe respetar a las personas, los hechos y objetos. Los niños y niñas por medio de las experiencias vivirán situaciones de carácter crítico, comunicarán ideas, defenderán una posición, contra argumentarán ideas o tesis. El respeto los llevará a actuar con límites, teniendo en consideración al otro y no solo a el mismo. Es por estas razones que el respetar al otro

está estrechamente relacionado con las pautas educativas que debe ejercer la familia y que condicionan, en gran manera, la forma de comportarse del niño con los adultos y con su grupo de iguales, tanto individual como socialmente.

Por último, otro aspecto básico es ejercer la autoridad y la afectividad que no son elementos separables y deben estar presente en toda persona. El papel como padres siempre debe ser educativo (en todas las edades) mientras los hijos e hijas están bajo su tutela y no son independientes. Deben ser padres amistosos, dialogantes, pero también padres que se hacen responsables de la educación de los hijos, que saben transmitir valores y son capaces de enfrentarse con ellos, aceptando o rechazando su comportamiento, y argumentando siempre el porqué de su postura. El cumplimiento de unas reglas de juego establecidas con anterioridad no empobrecerá las relaciones afectivas, sino que, al contrario, las hará más firmes.

La autoridad no se impone, sino más bien se reconoce cuando existe una relación afectiva, donde los vínculos entre padres e hijos son sólidos y positivos. Es importante que los padres no confundan su rol de formadores, haciéndose amigos o colegas de sus hijos o hijas. No deben olvidar que la autoridad se basa en la responsabilidad que tienen ante sus hijos, hijas y la sociedad, de instruir, enseñar, corregir, educar y guiar. Importante reiterar que la autoridad se ejerce considerando el respeto por el otro, la afectividad expresada con cariño y comprensión. No podemos confundir autoridad con autoritarismo, este último está basado en la ausencia de razonamiento y en la imposición.



## Referencias

*Gootman, M. (1999). Guía para educar con disciplina y cariño. Barcelona: Ed. Medici.*

*Nelsen, J. (2007). Como educar con firmeza y cariño, disciplina positiva. Barcelona: Medici.*

*Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2015). Disciplina sin lágrimas: Una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo. B DE BOOKS.*

*Steinberg, N (2015) Prohibido castigar: Un manual para la disciplina afectiva y efectiva. B DE BOOKS.*

En la familia como espacio emocional ocurren acontecimientos diversos que tienen gran importancia para el crecimiento y realización de los niños y niñas. Es al interior de la familia donde se fundan las bases de la ciudadanía, se provee los valores, creencias y modos de actuar de sus miembros.

El presente libro tiene como objetivo comprender cuáles son los procesos que contribuyen al fortalecimiento de interacciones positivas en esta etapa de desarrollo, e identificar los recursos que emergen y permiten crecer ante situaciones de crisis.

Está conformado por un conjunto de guías que examinan los fundamentos de distintas problemáticas y proponen protocolos de acción que permiten transformar estos desafíos en oportunidades de crecimiento.

Estas recomendaciones son planteadas desde una convicción: el entorno familiar es la pieza clave para enfrentar las tensiones propias de una región del mundo afectada por situaciones de violencia, pobreza, desplazamiento y explotación infantil.



ISBN: 978-958-5483-78-1



9 789585 483781