GUÍA PARA LA CRIANZA
DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES DESDE EL AMOR Y BUEN TRATO

DIRIGIDO A LÍDERES, LIDERESAS
Y MIEMBROS DE ORGANIZACIONES
BASADAS EN FE Y ESPIRITUALIDAD



COEPA

COMITÉ INTERRELIGIOSO DE PANAMÁ

unicef
para cada infancia

GUÍA PARA LA CRIANZA
DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES DESDE EL AMOR Y BUEN TRATO

DIRIGIDO A LÍDERES, LIDERESAS
Y MIEMBROS DE ORGANIZACIONES
BASADAS EN FE Y ESPIRITUALIDAD

UNICEF, 2026
Cambio Social y de Comportamientos.

UNICEF

Calle Alberto Oriol Tejada, Ciudad del Saber
Edificio 102, Planta baja
Panamá, República de Panamá

Teléfono: (507) 301-7370 www.unicef.org/panama

Adaptación de "Cuidar el Corazón. Guía para la Crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato." Realizado por el Programa de Protección a la Niñez y Adolescencia de la oficina país de UNICEF en Guatemala: Justo Solórzano, Magda Medina, Edna Patricia Delgado.
Con la colaboración del área de Cambio Social y de Comportamiento: Andrea Hernández.

Adaptación y edición en Panamá:

UNICEF en Panamá
Sandie Blanchet, Representante
Karina Nuñez Paz, Consultora en Cambio Social y de Comportamientos
Clara Inés Luna, Oficial de Abogacía y Comunicación

Comité Ecuménico de Panamá (COEPA)
Padre Alejandro El Brihi, Representante

Comité Interreligioso de Panamá (COIPA)
Rabino Gustavo Kraselnik, Representante
Isis Navarro, Coordinadora de COEPA & COIPA

Diseño, diagramación e ilustración:
Manthra Comunicación · info@manthra.ec



Podemos conocer más sobre qué es la protección de los derechos a la niñez y cómo promoverla en nuestra familia, comunidad y municipio en:

https://www.unicef.org/panama/ sistema-de-garantías-y-protección-integral-de-los-derechos-de-la-niñez-y-la-adolescencia

CONTENIDO

Prólogo 4

Introducción 5

¿Cómo aprovechar esta guía? 6

Módulo 1: Cuidar el corazón de las niñas y niños en la crianza 9

Módulo 2: Nuevas formas de crianza 14

2.1 Hablemos de poner límites 15

2.2 La crianza asertiva 17

2.3 Los berrinches 18

2.4 A veces estamos "a punto de explotar" 20

Módulo 3: Crianza con amor 21

3.1 ¿Qué quiero para mis hijas e hijos? 23

3.2 Vincularnos con nuestras hijas e hijos desde el amor 25

3.3 La importancia de la comunicación 27

Módulo 4: Criar a niñas y niños por igual 28

4.1 Mujeres y hombres merecemos el mismo respeto 29

4.2 La protección contra la violencia, incluida la violencia sexual 31

4.3 Las personas tenemos diferentes capacidades físicas e intelectuales 33

Módulo 5: La crianza y las tecnologías de comunicación e información (TICS) .34

Anexos 38

Anexo 1. Sugerencias de esquema para las sesiones de formación 38

Anexo 2. Sugerencias de textos sagrados o de tradición oral 40

Infografía 44

PRÓLOGO

¿Por qué es importante la participación de las diferentes congregaciones de fe y espiritualidad en el cuidado de niñas, niños y adolescentes?

En Panamá aún se registran muchos casos de violencia hacia la niñez y adolescencia, por lo que todas las personas que continuamente estamos en contacto con estos grupos de población tenemos el compromiso de velar por su protección[1].

Si bien esta realidad debe ser atendida por el Estado, la participación de la sociedad también es necesaria para lograr un cambio. En este caso, es fundamental el papel de las **Organizaciones Basadas en la Fe (OBF)**, es decir, las comunidades, denominaciones y agrupaciones que se reúnen y distinguen a partir de un conjunto de prácticas y creencias religiosas y/o espirituales.

Tanto las normas culturales como las religiosas inciden fuertemente en los métodos de crianza. Las OBF tienen una gran influencia en el pensamiento y la forma de actuar de las comunidades, en las familias y en las personas. Por lo tanto, pueden ser capaces de transformar la forma en que se ve a las niñas, niños y adolescentes. Esto implica reconocer siempre su dignidad, darles un buen trato, criarles con amor y, por sobre todas las cosas, cuidar su corazón para que crezcan con sentimientos sanos y desarrollen valores humanos.

Para lograr estos cambios es necesario transformar algunas normas sociales, que son los "códigos de conducta, que se generan a través de procesos de socialización, que condicionan el comportamiento de las personas"[2]. Es decir, lo que se aprende en la relación con otras personas, viendo lo que los demás hacen, dicen o piensan. Un ejemplo de esto es la práctica y justificación de los golpes físicos, gritos o humillaciones hacia las niñas, niños y adolescentes, que se han practicado como herramienta de disciplina, pero que lastiman su integridad emocional afectando su salud mental y desarrollo.

¿Qué significa criar con amor?

Significa ver con respeto a los niños, niñas y adolescentes que están bajo nuestro cuidado y orientarles o dirigirles según su edad y madurez, con la intención de que se formen con valores humanos, pero sin lastimar su dignidad. Para criar con amor es necesario observar, escuchar, ser pacientes, dialogar y acompañar a quienes estamos formando.

Para promover nuevas ideas y prácticas dentro de una sociedad, es importante lo que dicen y hacen líderes y lideresas de opinión, instituciones y redes comunitarias, pues son estos sujetos a quienes siguen las personas. En estos procesos la reflexión es importante: Paulo Freire, en su libro *Pedagogía del oprimido*, explicó que las **transformaciones sociales se dan cuando las comunidades reflexionan sobre sus condiciones y cuando participan activamente en la transformación de las estructuras que les afectan**[3]. En este caso, UNICEF, el Comité Ecuménico de Panamá (COEPA) y el Comité Interreligioso de Panamá (COIPA) proponen abordar estos desafíos desde el enfoque de Comunicación para el Cambio Social y del Comportamiento, que prioriza como herramientas el diálogo, la participación y la reflexión comunitaria.

1 Al 2024, 45% de los niños, niñas y adolescentes de 1 a 14 años sufre maltrato en el hogar; 7 de cada 10 casos de violencia sexual fue contra un niño, niña o adolescente (UNICEF, 2024).

2 Iniciativa Spotlight, 2021, pág. 7.

3 Freire, P. (1968).

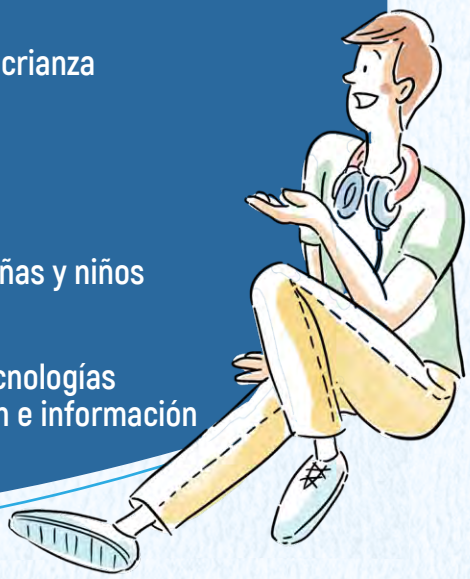
INTRODUCCIÓN

La violencia hacia la niñas, niños y adolescentes en nuestras comunidades no permite que gocen de sus derechos de forma plena. Este documento fue elaborado con el objetivo de brindar recomendaciones metodológicas para la facilitación del contenido de la **"Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato"** que se le denominará "Guía" a lo largo de documento. Los contenidos desarrollados en este instrumento han sido enriquecidos con los aportes de personas de distintas denominaciones de fe y espiritualidad.

Este esfuerzo está dirigido a promover el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes en diversos espacios que contribuyen a la construcción de entornos protectores. En esta guía se pretende fortalecer el trabajo que realizan los liderazgos de las **Organizaciones Basadas en la Fe (OBFs)** a través de sus congregaciones y espacios de influencia, apoyando procesos de formación y socialización de prácticas protectoras.

LA GUÍA ESTÁ DIVIDIDA EN LOS SIGUIENTES MÓDULOS:

1. Cuidar el corazón de las niñas y niños en la crianza
2. Nuevas formas de crianza
3. Crianza con amor
4. Criar por igual a niñas y niños
5. La crianza y las tecnologías de la comunicación e información



Cada capítulo nos ofrece una breve descripción del tema junto con herramientas prácticas para apoyar las sesiones de facilitación con las familias y miembros de la comunidad de fe y espiritualidad responsables del cuidado de las niñas, niños y adolescentes.

Recordemos que, como personas, nos encontramos constantemente aprendiendo. La crianza basada en el amor y el buen trato se aprende conforme se ejerce en la vida; y, más que técnicas para orientar y dirigir, nos invita a reflexionar sobre los valores y principios que deseamos formar en las niñas, niños y adolescentes. Para ello, es importante la actitud de la persona que facilita estos procesos y su compromiso con la educación de las personas bajo su cuidado. Esto propiciará que cada niña, niño o adolescente que esté bajo nuestro cuidado, aprenda a relacionarse de manera fraterna, empática y dialógica, lo cual fomentará una sociedad que priorice la cultura de paz.

¿CÓMO APROVECHAR ESTA GUÍA?

Esta guía se ha preparado para que pueda ser utilizada por líderes y lideresas de Organizaciones Basadas en la Fe, principalmente en sus actividades de formación; de manera que puedan contar con un recurso para promover la crianza con amor y buen trato con sus congregaciones y miembros de grupos o comunidades.

Aquí se le proporcionan pautas para aprovechar estos contenidos en forma de talleres o sesiones de formación, las cuales usted podrá completar y adaptar según la OBF en la cual usted participa.

A continuación, se ofrecen algunas recomendaciones para preparar las sesiones de formación.



1 ANTES DE LA SESIÓN DE FORMACIÓN

Previo a realizar la sesión o bien el taller de formación, es importante verificar lo siguiente:

- Seleccionar el lugar y horario adecuados. Considerar un horario conveniente para la mayoría.
- Verificar si el lugar es accesible y si el espacio es suficiente, adecuado y ventilado.
- Revisar el material que va a necesitar: hojas, lapiceros, rotafolios u otro.
- Considere la importancia de llevar el texto sagrado que utilizan, para recurrir a él en la explicación y de apoyo para los temas abordados.
- Verificar que haya mobiliario suficiente.
- Considerar algún refrigerio o bebida, en caso la reunión sea larga.
- Contar con la lista de personas invitadas y verificar que se haya convocado.
- Si es posible, confirmar asistencia para tener una idea de la cantidad de personas con quienes se va a trabajar y, de ser necesario, adaptar los materiales.
- Preparar material de apoyo, tales como: señalización, rótulo de bienvenida, carteles con frases motivadoras, mensajes de textos sagrados o de la tradición oral, etc.
- Conozca el idioma predominante del grupo. Puede también averiguar sobre las variantes dialectales para no tener malentendidos.

¿Cómo preparar el tema?

- Revisar los objetivos del módulo y vincularlo con un propósito espiritual o religioso, para motivar el tema.
- Revisar también los contenidos que se proponen en esta guía y agregar otros de los textos sagrados o de la tradición oral de su iglesia, comunidad o congregación, que tengan relación con el tema. Relacionar los temas con pasajes o enseñanzas de los textos sagrados o de la tradición oral.
- Tener claridad sobre los participantes del taller: si son padres o madres de familia, si son docentes, si son servidores o servidoras etc. También las edades y escolaridad. Estas condiciones definen el lenguaje, nivel de profundidad y ejemplos.
- Tener claro qué actividades realizará y, si las personas participantes no se conocen, alguna dinámica previa para que se presenten.

¿Qué tipo de actividades se pueden emplear para promover la participación?

En la diversidad de posibilidades que existen, se sugieren las siguientes:

- Lluvia de ideas.
- Diálogos por parejas.
- Grupos pequeños para compartir experiencias o reflexiones.
- Dramatizaciones con base en textos sagrados o de la tradición oral.
- Dramatizaciones de situaciones de la vida diaria.
- Preguntas reflexivas.



2 DURANTE LA SESIÓN DE FORMACIÓN

- Llegar con antelación: 30 minutos antes de la hora de inicio programada. Así puede estar con tranquilidad, dando la bienvenida a quienes participen en el taller, preparando y colocando el material.
- Si es posible, conversar con las personas conforme van llegando, para conocerlas mejor. Esto permite ir rompiendo el hielo e ir conociendo a quienes participan; de esta manera podrá saber cómo abordar los contenidos y la metodología.
- Cumplir con los tiempos estipulados para las actividades. Sin embargo, se debe ser flexible en caso sea necesario ajustar la agenda.
- Escuchar a las personas que participan en el taller.
- Finalizar con una breve encuesta oral o escrita para saber cómo percibieron las personas el taller y qué se puede mejorar. Esta evaluación se puede realizar con dos preguntas:
    - **¿Qué fue lo mejor de este taller?**
    - **¿Qué aspectos es necesario mejorar?**

En el Anexo 1 encontrará un esquema para preparar las sesiones de formación.

Se sugiere dividir la formación en cinco sesiones de dos horas de duración cada una. Esto permitirá que cada tema sea "saboreado" y reflexionado durante un tiempo e ir fortaleciendo la reflexión. De no ser posible en varias sesiones, se puede optar por un solo taller, con más tiempo.



3 DESPUÉS DE LA SESIÓN DE FORMACIÓN

- Validar que las y los participantes se retiren motivados y no con sentimientos de culpabilidad, frustración, enojo, entre otros.
- Si se identifica o se acerca algún participante que desea compartir una experiencia personal o se encuentra en duda sobre una situación, dedique el tiempo necesario para realizar una escucha activa, promueva la reflexión y que pueda encontrar respuestas propias a la situación planteada.
- Si identifica una situación de desprotección donde se violentaron los derechos de los niños, niñas y adolescentes, es importante derivar el caso a la instancia correspondiente.

MÓDULO 1

CUIDAR EL CORAZÓN DE LAS NIÑAS Y NIÑOS EN LA CRIANZA



El corazón es valorado en muchas religiones y culturas como el centro de la vida, de las emociones y sentimientos. Es la referencia de los estados de ánimo. Como responsables de proteger a niñas, niños y adolescentes, el punto de partida en este rol debe ser **"cuidar el corazón"**.

Cuidar el corazón es necesario para procurar una vida feliz (que no significa que estar exentos de contratiempos o situaciones difíciles). Y a esto nos debería llevar la labor de crianza: a formar personas capaces de identificar sus emociones y, sobre todo, experimentar la felicidad; y en los momentos de dificultades, encontrar el camino para superarlas.

Si nuestro corazón está lleno de enojo, miedo o frustración, es más probable que repitamos formas de trato que lastiman. Si, en cambio, cultivamos el amor, la paciencia y la esperanza, podemos criar con ternura.

RECORDEMOS

Empecemos por recordar dos momentos bonitos y de tranquilidad que hemos tenido en la vida y escribámoslo en nuestro cuaderno de notas.

Ahora, ante esos momentos bonitos y de tranquilidad que recordamos, escojamos del listado y escribamos qué sentimos en esos momentos:

- Ánimo
- Gratitud
- Alegría
- Satisfacción
- Confianza
- Conmoción
- Diversión
- Emoción
- Entusiasmo
- Esperanza
- Fascinación
- Felicidad
- Gozo
- Ilusión
- Sorpresa
- Júbilo
- Orgullo
- Tranquilidad
- Sorpresa
- Seguridad
- Ternura



La felicidad es parte de lo que sentimos en los momentos bonitos que hemos recordado. Se dice que es un estado agradable y de satisfacción que podemos sentir tanto en nuestro cuerpo como en nuestro espíritu. La ciencia dice que sentir felicidad puede ayudar a reforzar las defensas en nuestro cuerpo y, por lo mismo, puede prevenir enfermedades[4].

Muchas veces se nos hace difícil reconocer nuestras emociones; pero es importante saber hacerlo para aprender a manejarlas y, así, actuar con responsabilidad en cualquier situación. Esto, además, nos abre el camino a una vida plena y feliz.

4 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Recuperado de https://www.unicef.org/guatemala/informes/guía-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

La ciencia del desarrollo infantil y experiencias de vida muestran que las prácticas violentas en la crianza -como los gritos, castigos físicos, miradas o gestos amenazantes y humillaciones- pueden dejar huellas profundas, incluso si en su momento fueron vistas como normales.

Hoy, muchos de los desafíos sociales que enfrentamos como personas adultas están vinculados con modelos de relación y autoridad aprendidos en la niñez. Cuando la violencia se vive en casa o se observa en la comunidad se va instalando una idea errónea: que hacer daño es una forma válida de resolver conflictos. Por eso, cambiar la forma en que criamos no es solo un acto de amor también es una apuesta por una sociedad más justa, respetuosa y en paz.

De acuerdo a UNICEF, en su estudio sobre normas sociales y prácticas de crianza con cuidadores de Panamá del 2023:



4 DE CADA 10 MADRES, PADRES O CUIDADORES RECONOCEN COMO UNA NECESIDAD EJERCER VIOLENCIA EN LA CRIANZA.

Además, no identifican gritos, pellizcos o correazos como violencia o maltrato; existe la creencia de que "maltrato es cuando se les golpea fuerte o sangran".

Hay una creencia común de que, sin disciplina violenta, los niños/as pueden "descarrilarse" y no alcanzar el éxito, más aún en entornos con presencia de pandillas, alcoholismo y drogadicción. Y algunos cuidadores manifiestan sentir presión del entorno, ya que si no corrigen o disciplinan de esta manera es por ser permisivos.

Cuando las niñas y niños viven con miedo, con excesivos regaños, gritos o golpes constantes, se altera el funcionamiento del sistema nervioso y el cerebro. Como consecuencia de esta alteración, muchas veces no logran desarrollar la capacidad adecuada para enfrentar el estrés.

REFLEXIONEMOS

1. ¿Qué formas de violencia observan las niñas, niños y adolescentes en los hogares?
2. ¿Qué formas de violencia observan las niñas, niños y adolescentes en las calles?
3. ¿Qué formas de violencia observan las niñas, niños y adolescentes en los medios de comunicación y redes sociales?
4. ¿Cómo les afecta esta violencia cotidiana?



¿QUÉ PENSAMOS NOSOTROS SOBRE ESTO?

También se da el caso de formas de abandono o descuido, ya sea porque se hace imposible atender a las niñas y niños o bien por negligencia. El problema es que todas estas situaciones tienen consecuencias lamentables en su desarrollo, que se reflejan en el carácter, los hábitos, los valores e incluso, en el cerebro de niños, niñas y adolescentes.

ANOTEMOS

Antes de continuar, dialogue con el grupo lo siguiente:

1. **¿Cómo fui criado/a yo?**

2. **¿Qué tipo de crianza me hubiera gustado recibir?**

Muchos estudios demuestran que la crianza con violencia daña a las personas para toda su vida. Algunas de estas consecuencias para los niños, niñas y adolescentes son las siguientes, según encontramos en la guía de **UNICEF**[5]:

- **Pueden tener sentimientos de inferioridad e inutilidad.** Por eso muchas veces se muestran con timidez, miedo o, por el contrario, no se sosiegan y actúan buscando llamar la atención de los demás. Esta búsqueda de atención se puede manifestar en gritos, travesuras, desafíos a la autoridad, golpes contra otros niños y niñas, etc.
- **Desarrollan sentimientos de soledad y abandono.** Pueden sentirse aislados, abandonados y poco queridos.
- **Se les dificultad comunicarse y no quieren escuchar.** La violencia bloquea y dificulta la capacidad para encontrar modos de resolver conflictos de forma pacífica y con el diálogo.
- **Aprenden que la violencia es la mejor forma de resolver los problemas** y pueden reproducirla.
- **Pueden experimentar miedo y ansiedad** debido a la presencia de un adulto que se muestra agresivo o autoritario. Algunos desarrollan lentamente sentimientos de angustia, tristeza y comportamientos autodestructivos como los cortes en su cuerpo.
- **Pueden tener una mala imagen de sí mismos,** creer que son malos y que, por eso, sus padres los castigan físicamente. A veces, como modo de defenderse, desarrollan la creencia de que son fuertes y poderosos, capaces de vencer a sus padres y a otros adultos.
- **Pueden llegar a tener problemas físicos** por el maltrato o violencia que reciben.

5 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/guatem ala/informes/guía-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

CASO-DE-ESTUDIO

Lorena tiene 10 años y vive con su abuela. Su papá falleció por un accidente en moto cuando era pequeña y su mamá migró a otra provincia hace cinco años.

Cuando su mamá se marchó, dejó a Lorena bajo el cuidado de su abuela. Ella se encarga del cuidado de Lorena y sigue consejos que escucha cuando va al templo: la inscribe en la escuela, todos los días la levanta temprano para que se bañe, desayune y llegue puntual a estudiar, vela porque su uniforme esté siempre listo, le prepara su comida, siempre la va a dejar a la escuela y está pendiente de sus tareas.

Y esto se ha cumplido: Lorena es estudiosa, cumple con las pequeñas tareas que su abuela le deja en casa porque así va aprendiendo "a ser mujercita" y nunca dice que no cuando le pide un favor.

¿Cómo lo ha logrado la abuela? Desde que Lorena estaba más pequeña, está advertida: si desobedece, le dan rejo. Lorena "se porta bien", pero vive con mucho miedo.



PENSEMOS EN LA SITUACIÓN DE LORENA:

- ¿Qué pensamientos tendrá en su mente?
- ¿Qué sentimientos tendrá en su corazón?
- ¿Qué puede pasar con su cuerpo?

ANOTEMOS

Reflexionemos y anotemos

1. ¿Cómo va a estar el corazón de Lorena cuando sea adulta?

2. ¿Cuáles son las formas de crianza que se practican en nuestro entorno?

3. ¿Qué consejos encontramos en nuestros textos sagrados o tradición oral, sobre la manera en que debemos educar a las niñas, niños y adolescentes?

MÓDULO 2

NUEVAS FORMAS DE CRIANZA



2.1 HABLEMOS DE PONER LÍMITES

Con poner límites nos referimos a definir normas pacíficas para que las niñas, niños y adolescentes sepan qué está bien y qué está mal; que conozcan con claridad cómo comportarse y relacionarse sanamente con otras personas para ser felices. Por ello, sí es importante poner límites, pero debe hacerse sin generar miedo, pues el miedo no educa. En cualquier espacio de convivencia siempre será necesario mantener ciertas normas y límites para tener orden y respeto en la interacción.

En el caso de la familia, esto es elemental para que las hijas e hijos adquieran capacidades para convivir y relacionarse a donde vayan en la vida. Esto será posible si les tratamos bien, si les hablamos y mantenemos el respeto a los niños, niñas y adolescentes.

ANOTEMOS

Anota y dialoga

¿Es importante poner límites?



"COMO MADRES Y PADRES, O COMO CUIDADORES, NECESITAMOS SER EL EJEMPLO DE AQUELLO QUE QUEREMOS VER EN NUESTRAS HIJAS E HIJOS, DEBEMOS INSPIRARLES CONFIANZA".

PONER LÍMITES DE MANERA ADECUADA AYUDARÁ A LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL PUES PERMITE:

- Distinguir lo que está bien y lo que está mal.
- Comprender los sentimientos de los demás.
- Actuar con responsabilidad.
- Controlar los impulsos: pensar antes de actuar.
- Entender que, al convivir, hay normas que seguir.
- Evitar situaciones de riesgo.





REFLEXIONEMOS

Ahora bien, ¿de qué manera podemos poner límites y hacer que nuestras hijas e hijos los cumplan?

Como líder de una iglesia, congregación o grupo de espiritualidad, ¿cómo puedo apoyar para que las personas que están a cargo de educar y criar a niñas, niños y adolescentes (madres, padres, maestras, abuelas etc.) estén conscientes de la importancia de poner límites y practiquen formas respetuosas de hacerlo para respetar su dignidad?

CASO DE ESTUDIO

Olga es madre de Andrés, quien actualmente tiene 14 años. Varias veces le ha recordado que su cuarto debe estar ordenado y limpio.

Esta tarde, mientras Andrés estaba en su entrenamiento de fútbol, Olga entró a la habitación y la encontró desordenada y con papeles tirados. Se enojó mucho, pues le había indicado que antes de salir, debía dejar todo ordenado.

AQUÍ LES CONTAMOS QUÉ HIZO OLGA:

- Olga reconoció que estaba muy enojada y respiró profundamente dos veces. Esperó a Andrés y cuando llegó a casa, le ofreció un vaso con agua. Le preguntó sobre su entrenamiento y le escuchó con atención y ternura.
- Luego le comentó que había entrado a su habitación y se dio cuenta que no había cumplido con el compromiso acordado, pues estaba desordenada. Y le dijo con serenidad: *"Hoy entré a tu cuarto y vi que no cumpliste con lo que acordamos. Entiendo que a veces uno se apura y le emociona salir a compartir con amigos, pero es importante que asumas esta responsabilidad. ¿Qué propones tú para corregirlo?"*
- Andrés respondió de mala gana, pero luego de un momento dijo que lo limpiaría esa noche. Olga agradeció ese nuevo compromiso y dijo *"me parece bien. También podemos ver juntos qué cosas pueden recordar tus tareas sin que se conviertan en un malestar. Lo que busco no es castigarte sino ayudarte a crecer como un joven responsable porque te amo y deseo lo mejor para ti"* no dijo más (aunque sentía el impulso de reclamarle y recordarle muchas cosas) y esperó.
- Efectivamente, Andrés limpió y ordenó su cuarto.

ANOTEMOS

Anote su opinión:

1 ¿Cómo debe reaccionar Olga?

2 ¿Qué aprendimos de la reacción de Olga?

2.2 LA CRIANZA ASERTIVA

La **crianza positiva o asertiva** es el enfoque que promueve formas pacíficas para criar a las hijas e hijos, reconociendo:

- Su dignidad.
- Sus derechos.
- Que deben ser lo más importante en la familia.
- Que la familia debe darles amor y bienestar.

La crianza asertiva o positiva empieza por reconocer que:

- Ser padres o madres es un proceso de aprendizaje constante. No nacemos sabiendo.
- Nos esforzamos por llegar a ser mejores padres y madres; por ser mejores cuidadores para las niñas, niños o adolescentes bajo nuestro cuidado.
- De acuerdo con nuestras posibilidades, brindamos lo mejor a nuestras hijas e hijos.

Por lo anterior, no podemos hablar de "madres o padres malos"; sino de madres o padres sin experiencia o sin las herramientas para criar de una manera adecuada.

LA CRIANZA ASERTIVA O POSITIVA:

- Se basa en el respeto a los derechos de la niñez y adolescencia.
- Promueve la crianza sin violencia.
- Se centra en el respeto mutuo y el amor en la familia.
- Promueve el autocontrol de las emociones; la inteligencia emocional.
- Ve en las niñas, niños y adolescentes seres dignos de amor y cuidados.

También se fundamenta en los principios bíblicos pues busca "cuidar el corazón". Esto implica respetar la dignidad de cada niña, niño o adolescente, protegerlo de cualquier vulnerabilidad y rodearlo de un ambiente de paz, en el que el diálogo sea el mecanismo para resolver conflictos.

REFLEXIONEMOS

Para una crianza asertiva es importante conocer y entender a los niños, niñas y adolescentes desde cada una de las etapas que están viviendo, según su edad:

1. **¿Cómo se sienten?**
2. **¿Qué piensan?**
3. **¿Cómo reaccionan?**



CASO DE ESTUDIO

Luis y Marcos son dos primos que estudian en pre-media, en la escuela de su comunidad. Este año han mostrado cambios de conducta y casi todas las semanas ha habido quejas de sus profesores por conflictos con otros estudiantes: discusiones, gritos, amenazas de peleas, bromas de mal gusto y algún golpe menor.

Hoy fueron citados por el Gabinete Psicopedagógico de la escuela debido a que por una broma que provocaron, destruyeron la mochila y tres cuadernos de una estudiante. Luis y Marcos deben presentarse con su papá o su mamá, previo a definir una sanción.



PREGUNTÉMONOS:

¿Cómo podemos trabajar con nuestras congregaciones de fe y espiritualidad para promover que dialoguen con sus hijas e hijos en lugar de reaccionar con gritos, golpes u otras amenazas de violencia?

REFLEXIONEMOS

Analicemos la situación y pensemos:

¿Cómo se trataría esta situación desde el método "tradicional"?

¿Cómo se trataría esta situación, aplicando la crianza asertiva o positiva?

2.3 LOS "BERRINCHES"

Un "berrinche" es un enojo grande y violento que se muestra con llantos, gritos, gestos o molestia que se nota. Cuando las niñas y niños se encuentran entre los 2 y 5 años, es frecuente que haya berrinches porque aún están aprendiendo a gestionar sus emociones, es por lo que necesitan de personas adultas que, con ternura, les guíen.

Diversos estudios han demostrado que algunas prácticas tradicionales para "corregir" un berrinche -como pegar, gritar o exponer a castigos físicos extremos- no solo son ineficaces, sino que pueden afectar negativamente el desarrollo emocional y la personalidad de niñas y niños.

Aunque estos momentos suelen ser desafiantes, es importante recordar que niñas y niños sí pueden escuchar, comprender y regularse, si sienten que el adulto los acompaña desde la calma y el respeto. La clave no está en imponer miedo, sino en conectar con lo que sienten y ayudarles a recuperar el equilibrio emocional.

Si bien estas situaciones son muy difíciles de manejar, el autocontrol de las personas adultas es clave y si, como personas responsables, mantenemos la calma y una actitud de respeto, la niña, niño o adolescente a quien debemos corregir lo sentirá y podrá escuchar, comprender y regularse, sin necesidad de imponerle miedo. La clave está en "conectar" con lo que sienten y ayudarles a recuperar su estabilidad.

¿Qué hacer **en caso de un berrinche?**

En la "Guía" que **UNICEF**[6] preparó, encontramos unos consejos:

CONSEJOS PRÁCTICOS ANTE UN BERRINCHE

1. Tener presente que las conductas de los niños, niñas y adolescentes son manifestaciones de alguna necesidad en su vida. Es importante revisar ¿por qué tiene esa conducta?
2. Podemos llevarlo a un lugar seguro, donde se pueda desahogar y tranquilizar. Abracémoslo, carguémoslo y saquémoslo del espacio donde empezó el berrinche, no lo dejemos solo.
3. Debemos hablarle calmadamente mientras se desahoga. Podemos decirle que entendemos su molestia y que le prestaremos atención cuando se calme. De esta manera, le ayudamos a que note la diferencia entre sus emociones antes y después del berrinche.
4. Debemos ser pacientes y comprender que, en algún momento, aprenderá a manejar su frustración conforme crezca.
5. En cuanto notemos que se ha calmado, debemos felicitarle y aprovechar para ayudarle a reconocer como ha cambiado su ánimo, que reconozca que se siente mejor, por ejemplo: "estabas enojada y te sentías mal, ahora estás tranquila y ya te sientes mejor ¿verdad? ya todo pasó".
6. Recordemos mantener siempre la calma a la hora de hablarle, de lo contrario entraremos en una lucha de poder y el berrinche puede empeorar.
7. Debemos hablarle con voz suave, mostrándole que no permitimos que su comportamiento nos descontrole. Nos mantendremos relajados. Si nosotros gritamos, ellos gritarán; debemos poner el ejemplo en todo momento.



Y algo muy importante: en caso se desate un berrinche en público, no sintamos vergüenza. Las niñas y niños están aprendiendo a vivir, conociendo su entorno y aprendiendo a procesar sus emociones; y es necesario tener paciencia en este proceso.

6 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/guatemala/informes/guía-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

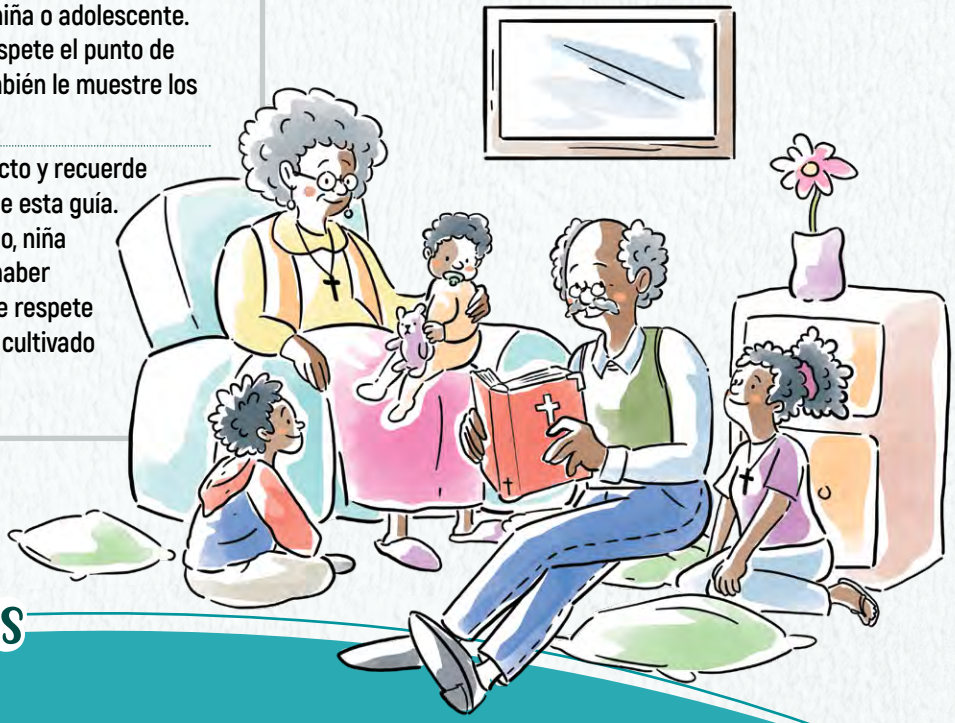
2.4 A VECES ESTAMOS "A PUNTO DE EXPLOTAR"

Como personas que somos, es comprensible que estemos vulnerables a perder el control y actuar con enojo a la hora de tener que enseñar a una niña, niño o adolescente cuáles son las conductas apropiadas; sobre todo cuando hay un daño a consecuencia de una acción que consideramos inadecuada. Sin embargo, el enojo es el peor consejero y, para evitar que nos maneje, podemos atender estas...

Sugerencias:

1. **Cuente hasta 10 antes de decir o hacer cualquier cosa. Si el enojo sigue, aléjese y espere un rato hasta sentirse más calmado.**
2. **Relaje los hombros, respire profundamente y repita una frase como "cálmate" o "despacio".**
3. **Ponga la mano atrás de su espalda y dígase a sí mismo que debe esperar. No haga nada antes de calmarse.**
4. **Camine un poco y piense en la situación, ¿qué necesidad hay tras la actitud de su hijo/a? Póngase en lugar del niño, niña o adolescente. Planee una reacción que respete el punto de vista de su hijo/a y que también le muestre los motivos de la molestia.**
5. **Retírese del lugar del conflicto y recuerde las orientaciones que provee esta guía. Regrese a donde está el niño, niña o adolescente después de haber planeado una respuesta que respete los vínculos y apoyo que ha cultivado con sus hijas e hijos.**

También es muy efectivo recordar las enseñanzas de su iglesia o congregación: cuando sienta que está a punto de perder la calma, respire profundamente, cierre los ojos y repita alguna de las enseñanzas religiosas o espirituales que le transmitan paz y serenidad. Entonces, recuerde los consejos que existen en los textos sagrados o de la tradición oral, en cuanto a tratar bien a las niñas y niños.

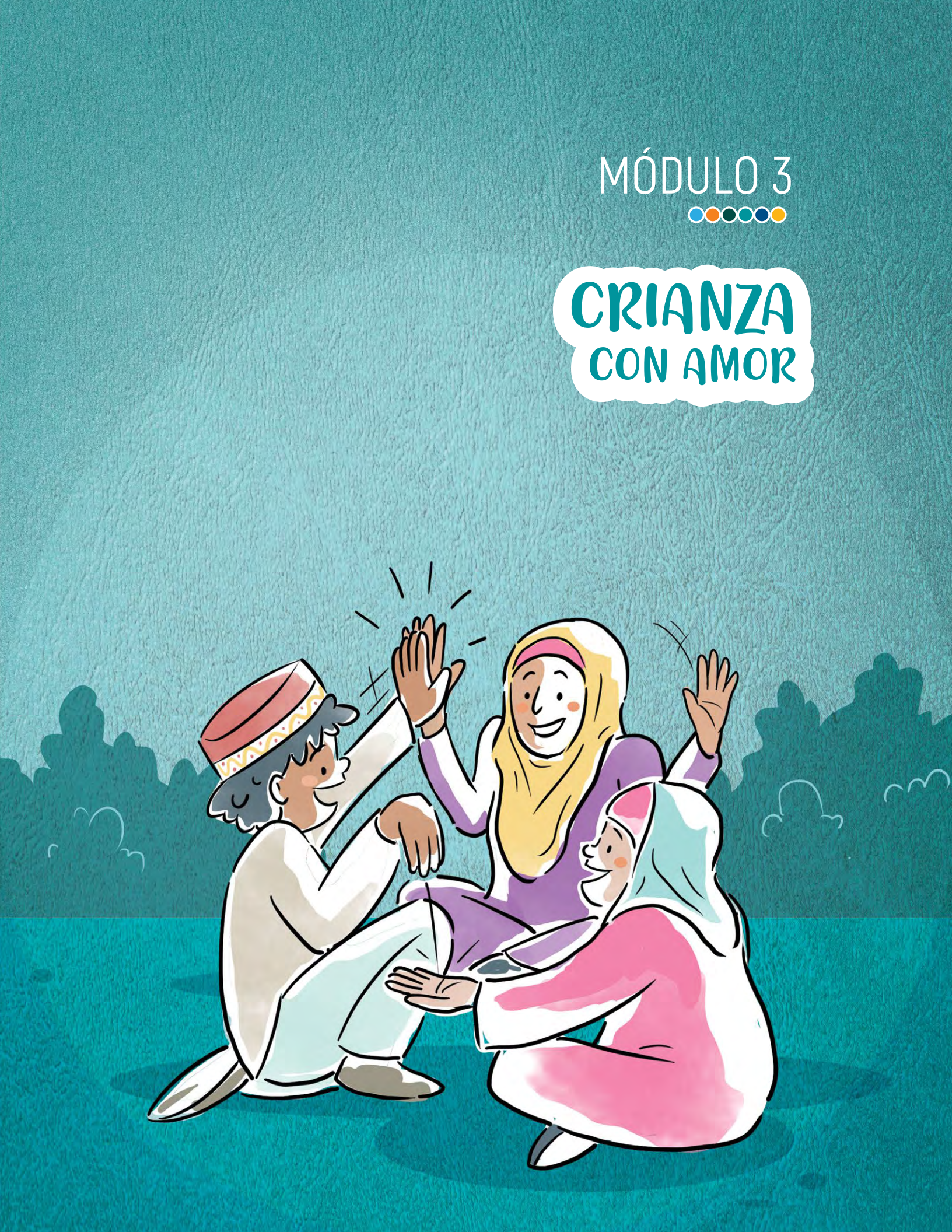


RECORDEMOS

Recuerde que esa situación es una oportunidad para enseñar a una niña, niño o adolescente sobre cómo resolver conflictos a través de la comunicación y de la resolución de problemas. Estas situaciones difíciles son grandes oportunidades para aprender sobre el control de las emociones y las relacionas asertivas, es decir, saber responder adecuadamente según cada situación y no dejarse llevar por las emociones.

MÓDULO 3

CRIANZA CON AMOR



AMOR, SENTIRSE PARTE DE UNA FAMILIA

En el módulo anterior explicamos qué es la crianza asertiva o positiva de nuestras hijas e hijos. ¿Por qué es importante? Lo podemos comparar con la construcción de una casa, como se ve en la gráfica[7]. El cimiento o la base que sostendrá todo es el amor, el hacer que sientan que son parte de una familia que los ama. En esta base se sientan los cuatro pilares que sostendrán las paredes y techo que son:



1 Objetivos para la vida

¿Cómo queremos ver a nuestras hijas e hijos cuando crezcan?
¿Cómo queremos que nos vean como padres, madres o cuidadores y cuidadoras?

2 Conectar con ellas y ellos es crear vínculo y confianza:

Los niños, niñas y adolescentes confiarán en nosotros como padres, madres o cuidadores si reciben un buen trato. Esto requiere de mucha paciencia y escucha. Nadie confiará en alguien que le provoca miedo.

3 Dar estructura

Que es ayudarles para que sepan manejar su vida de una forma organizada, ordenada con cuidados.

4 Enseñar habilidades para la vida

Ayudarles a que aprendan a realizar actividades que les servirán para enfrentar la vida como el manejo de sus emociones; por ejemplo: aprender a tomar decisiones.

7 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/guatemala/informes/guia-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

ANOTEMOS

Para comprender mejor esta comparación, hagamos lo siguiente:

En un pliego de papel, dibujemos una casa que incluya cuatro columnas. En cada columna escribiremos:



1. ¿Qué esperamos que sean las niñas y niños en el futuro?
2. ¿Cómo hacer para que nos tengan confianza?
3. ¿Cómo apoyarles para que organicen su vida y trabajen de manera ordenada?
4. ¿Qué habilidades deben aprender nuestras niñas y niños, para aprender a controlar sus emociones?

3.1 ¿QUÉ QUIERO PARA MIS HIJAS E HIJOS?

Cuando sembramos una planta sabemos qué esperamos de esa planta. Y para que esto se logre, planificamos la preparación del terreno, la siembra, la limpia, la aplicación de abono, entre otros cuidados. Pensamos muy bien cuándo haremos cada cosa.

De la misma manera, la crianza de niños, niñas y adolescentes debe empezar con una reflexión sobre nuestras expectativas de la vida para ellas/ellos: ¿Qué queremos para nuestras hijas e hijos cuando crezcan? ¿Qué quieren nuestras hijas e hijos en su vida? Las respuestas a estas preguntas, que seguramente son buenos deseos, deben ser la guía para criarles y educarles. Es importante contarles lo que queremos para ellas y ellos cuando crezcan, animarlos para que identifiquen lo que quieren para sí mismos y pensar en lo que debemos hacer juntos para que sus aspiraciones se cumplan.

ANOTEMOS

1. ¿Cómo imaginamos en el futuro a las niñas, niños y adolescentes que actualmente participan en nuestra iglesia o congregación? ¿Qué valores deseo que practiquen?

2. ¿Qué actividades puedo realizar en mi congregación o iglesia para reflexionar sobre el presente y futuro de los niños, las niñas y adolescentes en las casas de las personas que asisten a mi congregación o iglesia?



RECORDEMOS

Lograr una buena cosecha requiere tiempo y paciencia. Lo mismo será para nuestras hijas e hijos se convertirán en lo que nosotros formemos en ellas y ellos. Los castigos, gritos y otras formas de maltrato nunca serán una buena alternativa para tener de ellas y ellos los buenos frutos que esperamos. Darán frutos de lo que nosotros sembremos en ellas y ellos. Si sembramos amor, protección, cuidados, escucha, respeto, ¡eso será lo que cosechemos!

3.2 ES IMPORTANTE VINCULARNOS CON NUESTRAS HIJAS E HIJOS DESDE EL AMOR

Es importante generar vínculos, establecer lazos, que nos permitan encauzar y guiar a nuestras hijas e hijos a través de la confianza. Para crear un vínculo es necesario expresar el cariño o aprecio que sentimos, que la persona que amamos se sienta aceptada y querida con sus virtudes y defectos. Para las niñas y niños, las principales personas con las que pueden llegar a generar vínculos son aquellas que se ocupan de su cuidado y les protegen. Son aquellas con las que pueden sentir seguridad, afecto y tranquilidad y que, casi siempre, son la madre, el padre, la abuela o abuelo, o la persona con la que más convive.





REFLEXIONEMOS

Todas las niñas, niños y adolescentes sentirán que los queremos a través de:

1. **Los cuidados que les demos.**
2. **La buena convivencia con ellas y ellos.**
3. **Las palabras adecuadas.**
4. **La aceptación.**

Darles afecto a nuestras hijas e hijos les produce felicidad. Ya hemos mencionado los beneficios de ser felices. Además, si los niños, niñas y adolescentes se sienten queridos, se pueden sentir más seguros y pueden quererse más a sí mismos. Gracias a ello, serán más capaces de relacionarse bien con otras personas.

De acuerdo a la psicología, además de las formas mencionadas, también hay aspectos específicos conforme a la etapa de desarrollo que están viviendo nuestras hijas e hijos, como se indica a continuación[8].

8 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/guatemala/informes/guía-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

DE 0 A 18 MESES

Es muy importante que los niños y las niñas reciban las formas más básicas de afecto que son:

- **Satisfacer las necesidades básicas** como darles de comer, bañarles y atenderles con cariño.
- **Protegerles** de peligros, accidentes y abusos.
- **Contacto físico:** abrazos, mimos, cosquillas.
- **Reconocer** sus logros a través de aplausos, felicitaciones.

DE 6 A 12 AÑOS

Las niñas y los niños han desarrollado mejor el lenguaje o idioma en esta etapa. Por ello, será importante usarlo más entablando conversaciones respetuosas con ellas y ellos:

- **Escucharlos con interés** (dejar el teléfono mientras nos hablan).
- **Decirles mensajes cariñosos:** "te amo", "te quiero mucho".
- **Compartir sentimientos.**
- **Hacerles afirmaciones positivas:** "¡qué trabajador/a eres!", "¡qué linda/o eres!", "¡qué bien te queda!"
- **Felicitarles** por sus logros.

DE 2 A 5 AÑOS

- **Jugar,** pues es una necesidad a esta edad. Es importante jugar con ellas y ellos porque así conocen el mundo que los rodea. El juego es el lenguaje natural de la infancia.
- **Convivir,** salir al parque, ir caminar al campo, comer juntos, etc.
- **Experiencias bonitas, contar cuentos, hacer manualidades u otra actividad del interés de ellas y ellos.** Esto genera en las niñas y niños el sentido de pertenencia por su familia y la necesidad e interés por convivir con sus familiares.

DE 13 A 17 AÑOS

- **Respeto:** ¿cómo están en la construcción de su identidad? Necesitan un ambiente que los acepte y los respete.
- **Aceptación y reconocimiento:** aceptar, implica reconocer que ellos son libres de cometer errores y asumir las consecuencias, siempre que no se pongan en peligro. En esta etapa, madres, padres y cuidadores podríamos ceder en aspectos que son expresiones de la necesidad de mostrar independencia por parte de los adolescentes, como el corte de pelo, la vestimenta y las preferencias musicales. Pero al mismo tiempo, deberíamos ser firmes con las pautas y límites que les dan seguridad y contención.

DIALOGUEMOS

Conversemos en la comunidad:

1. ¿Quién es la persona con la que mi hijo/hija siente seguridad, afecto y tranquilidad?
2. ¿Cómo le muestro mi cariño a mis hijas e hijos?
3. ¿Qué debería hacer yo para que se sientan seguros y seguras conmigo?
4. ¿Qué consejos y acciones podría realizar desde mi congregación o iglesia para dar a conocer estas ideas?



Si criamos de una forma cariñosa a nuestras hijas e hijos desde que son bebés, les marcamos el camino para toda su vida y le ofrecemos los siguientes beneficios:

- Serán personas más seguras de sí mismas y eso les ayudará a conseguir sus metas sin miedos.
- Tendrán una relación más fuerte y agradable con nosotros y serán más capaces de relacionarse con otras personas.
- Serán personas independientes que sabrán tomar las mejores decisiones en su vida pues podrán distinguir entre lo que está bien y mal y llevar su vida moderadamente.
- No tendrán problemas de comportamiento y rechazarán la violencia porque no estarán acostumbrados/as a ella.

ANOTEMOS

¿Conozco o practico alguna de estas pautas para la crianza asertiva o positiva?

3.3 LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN

La comunicación en todo momento es importante. Entre mejor comunicación tengamos con nuestras hijas e hijos, fortaleceremos más la confianza y seguridad en su corazón.

Para comunicarnos bien, es importante conocer cómo piensan y actúan las niñas, niños y adolescentes, según su edad y sus circunstancias. Recordemos que su lógica, su manera de pensar no es la misma que la de un adulto y, por lo tanto, muchas veces no nos entendemos. Por ello, es aconsejable tomar en cuenta lo siguiente:

- Debemos tener cuidado que lo que decimos a nuestras hijas e hijos sea dicho de forma clara y entendible de acuerdo con su edad; hacerlo en un momento y lugar adecuados, y comprender que muchas veces lo que queremos decir, no es lo que ellos entienden (y al contrario también).
- El juego es la mejor forma que tienen las niñas y los niños para comunicar lo que pasa. Podemos ayudarles a reconocer y expresar sus emociones, deseos y necesidades en palabras; así también, animarles a que sean pacientes. Con esto les ayudamos a comprender que no siempre pueden tener todo rápidamente.
- Se les debe hablar con cariño en el momento que lo deseen, mirándoles a los ojos. Podemos bajarnos a su altura física para poder escucharles bien. Sobre todo, evitemos los gritos hacia ellos y también entre nosotros mismos, los adultos.
- Tener opiniones diferentes no significa tener que gritarse. Debemos mostrarle a las niñas y niños que se puede conversar tranquilamente, sin enojarnos, aunque no estemos de acuerdo.
- Cada día es importante preguntarles ¿cómo les fue en el día?, ¿qué actividades realizaron?, procuremos hacer preguntas abiertas para entablar un diálogo.
- También procuremos decirles palabras cariñosas que les haga sentir bien. Hagamos sentir a nuestras hijas e hijos lo importante que son a través de escucharles, de tomar su opinión en las decisiones que les pueden afectar.
- Las niñas y los niños siempre escucharán después de sentirse escuchados.

Y ALGO MUY IMPORTANTE: DEBEMOS SER COHERENTES ENTRE LO QUE DECIMOS Y HACEMOS. EL EJEMPLO ES LA MEJOR PRÉDICA.



MÓDULO 4

CRIAR POR IGUAL A NIÑAS Y NIÑOS



4.1 MUJERES Y HOMBRES MERECEMOS EL MISMO RESPETO

Es importante que, desde temprana edad, las niñas y niños aprendan que nadie es más que otro por ser hombre o por ser mujer. En nuestro entorno existen estereotipos o ideas equivocadas acerca de las niñas y los niños, que afectan la autoestima y las relaciones de las personas, pues se vuelven ideas erróneamente aceptadas por la sociedad y generan violencia.

Por ejemplo, la creencia de que un hombre puede golpear a una mujer provoca y refuerza el fenómeno de la violencia contra las mujeres, que en ocasiones puede resultar en feminicidios.

Algunos estereotipos incluso han llegado al extremo de justificar la violencia sexual contra las niñas, afirmando que: "les pasa porque se lo buscan", "por la manera en que se visten" o "porque les gusta".

REFLEXIONEMOS

¿Qué es un estereotipo?

Un estereotipo es una idea, una imagen o un pensamiento que un grupo social tiene respecto a otro; y que influye en la manera de pensar. En el caso de los estereotipos de género, se trata de las características, atribuciones o roles que en una sociedad se piensa sobre las mujeres; lo que un grupo social cree o piensa que deben hacer las mujeres.

Los estereotipos de género son una causa importante de la violencia contra la mujer, que es cualquier acción, omisión o práctica discriminatoria basada en la pertenencia al sexo femenino en el ámbito público o privado, que ponga a las mujeres en desventaja con respecto a los hombres, les cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, que incluye las perpetradas desde el Estado o por sus agentes (Ley 82 de 24 de octubre de 2013, que adopta medidas de prevención contra la violencia en las mujeres y reforma el Código Penal para tipificar el femicidio y sancionar los hechos de violencia contra la mujer). Es decir, todo lo que se hace como daño o lo que se deja de hacer (denunciar, por ejemplo) solo porque son mujeres.



Algunos ejemplos de ideas equivocadas sobre las mujeres, son las siguientes:

ESTEREOTIPOS	RECTIFICACIÓN
✗ Las niñas no son tan inteligentes como los niños.	✓ Todas las niñas y niños tienen las mismas capacidades intelectuales mientras sean bien estimulados y se les de oportunidades.
✗ Todas las mujeres tienen que casarse y tener hijos e hijas, por eso las niñas deben prepararse para servir a su marido, empezando por servir a sus hermanos varones en casa.	✓ Tanto las niñas como los niños deben crecer sabiendo que son libres de decidir si quieren casarse o no, tener hijos o no y que debe ser a una edad en la que hayan alcanzado ya la madurez. La ley no permite que las niñas o adolescentes que no han cumplido los 18 se casen. Si un hombre mayor se lleva a vivir consigo como pareja a una niña, puede y debe ser acusado ante la ley. Por otro lado, las niñas deben desarrollarse para que un día no tengan que depender económicamente de nadie, tanto como los niños deben saber atenderse para no depender de la mujer.
✗ Las niñas no deben estudiar porque un día se irán de casa para ser mantenidas por su esposo.	✓ Todas las niñas y niños tienen derecho a la educación según la Ley de Protección Integral a la Niñez y Adolescencia. Como padres, madres o cuidadores es nuestro deber procurar que estudien por igual.

Al tener estas creencias contra las niñas, también limitamos a los niños con ideas que les afectan negativamente, tales como las siguientes:

ESTEREOTIPOS	RECTIFICACIÓN
Los niños no deben ocuparse de las cosas de casa como la limpieza y hacer comida porque eso les quita dignidad o los hace parecerse a las mujeres.	Este estereotipo limita a los niños a desarrollarse plenamente, puesto que los lleva a depender de una mujer para hacer cosas tan básicas como mantenerse limpios y preparar sus alimentos.
Los niños no deben llorar o expresar emociones.	Limita a los niños a expresar sus emociones y desahogarse lo cual puede provocar enfermedades.
El hombre debe ser fuerte, proveedor y trabajar desde joven.	Los niños y las niñas deben estudiar y formarse para poder prepararse y estar en las mejores condiciones y preparación posibles para realizar un trabajo que les genere ingresos.



Debemos reconocer que todas estas ideas y actos contra las niñas y niños son moralmente injustos e inaceptables porque perjudican su dignidad además de que la ley las prohíbe.

CASO DE ESTUDIO

Camila tiene 16 años y 3 hermanos varones. Es la única mujer, además de su mamá y generalmente se encarga de preparar la cena en casa. Sus hermanos, dos mayores y uno menor que ella, se sientan a comer y esperan a que Camila les sirva. Casi siempre también le toca recoger los platos de la mesa.

Gabriela es novia de Víctor, el hermano mayor de Camila y a veces llega a la casa. Ya se dio cuenta de las tareas que realiza Camila y se siente incómoda, pues en su casa, tanto hombres como mujeres cocinan y lavan los platos.



ANOTEMOS

1. **¿Qué debería hacer Gabriela?**

2. **¿Qué acciones puedo realizar en mi congregación o iglesia para reflexionar sobre los estereotipos de género?**

4.2 LA PROTECCIÓN CONTRA LA VIOLENCIA, INCLUIDA LA VIOLENCIA SEXUAL

El abuso sexual infantil es usar a un niño o niña por un adulto para la satisfacción sexual de sí mismo o de otros. Este abuso puede ser con contacto físico (besar, tocar, acariciar, penetrar) o sin contacto físico (decir comentarios obscenos, exposición a material pornográfico). Es muy importante saber que la mayoría de las veces el abusador o abusadora está en casa. Por eso la familia debe tener habilidades protectoras para prevenir cualquier violencia hacia las niñas, niños y adolescentes.

¿Qué **podemos** hacer para prevenir?

1. Recordar que debemos ser amorosos con nuestras hijas e hijos para que tengan la confianza de contarnos cualquier cosa que les pase.
2. Hablemos con claridad a las niñas y los niños acerca de los riesgos que les rodean.
3. Conversemos con nuestros hijos e hijas, no los juzguemos.
4. Debemos estar pendiente de sus salidas al parque, a la casa de amigos u otro lugar a donde vayan.
5. Los niños y niñas deben conocer los teléfonos de las personas de confianza.
6. Hagámosles saber que nunca deben tocar ni acariciar las partes íntimas de otras personas.
7. Enseñarles a no aceptar 'regalos' a cambio de favores indebidos. Los niños y niñas no deben hacer mandados solos.
8. Se les debe enseñar que no se deben guardar secretos, menos aún si es algo que les incomoda.
9. Debemos supervisar lo que ven y hacen en internet, redes sociales y celular.
10. Ante todo, indicarles que si sienten en peligro deben "gritar pidiendo ayuda y correr a busca apoyo de la persona de confianza que tengan cerca".
11. Ayudarles a comprender que no deben guardar secretos.



ANOTEMOS

¿Qué acciones podría promover en mi iglesia o congregación para prevenir la violencia sexual?

¿Cómo saber cuándo una niña, niño o adolescente es víctima de violencia sexual?

La niñez víctima de este tipo de violencia generalmente tiene algunos comportamientos como los siguientes[9]:

1. Pesadillas y problemas de sueño.
2. Desórdenes alimentarios.
3. Ideas e intentos suicidas.
4. Cambios en el rendimiento escolar.
5. Les puede costar hablar y moverse.
6. Aislamiento (les gusta estas solas, solos).
7. Agresividad (se enojan por cualquier cosa).
8. Miedo generalizado o ante la presencia de determinadas personas.
9. Dificultad para expresar sentimientos.
10. Conocimiento y términos sexuales inapropiados para la edad.



Ahora bien, la presencia de alguno de estos comportamientos no siempre implica que un niño o niña ha sido víctima de violencia sexual, pues puede ser efecto de algún otro problema.

RECORDEMOS

Recordemos que desde las distintas visiones espirituales y religiosas que se practican en Panamá, el respeto a las niñas, niños y adolescentes es prioridad. Preguntémonos: ¿Qué ideas hay en los textos sagrados (como la Biblia, el Corán u otro) y la tradición oral de nuestra fe, espiritualidad o cosmovisión acerca de violencia sexual y protección a la niñez y adolescencia?

9 UNICEF. (2021). Guía para la crianza de niñas, niños y adolescentes desde el amor y el buen trato. Guatemala: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/guatemala/informes/guia-para-la-crianza-de-niñas-niños-y-adolescentes-desde-el-amor-y-el-buen-trato

4.3 LAS PERSONAS TENEMOS DIFERENTES CAPACIDADES FÍSICAS E INTELECTUALES

En algunos hogares hay niñas, niños o adolescentes con capacidades distintas a las que normalmente vemos. Por ejemplo, algunos tienen dificultades para aprender en la escuela, otros no pueden hablar ni escuchar, otros necesitan ayuda para caminar (como una silla de ruedas o muletas), otros tienen una forma diferente de ver el mundo (en los casos de autismo) etc.

Cuando en nuestro entorno vemos casos de personas con capacidades diferentes, especialmente niñas, niños y adolescentes, debemos tratarlas con respeto y dignidad; sin minimizarlas por su condición, pero atentas a apoyarlas en función de sus necesidades; por ejemplo, ayudar a una persona a cruzar la calle o a abordar un bus.

También se debe enseñar a las niñas, niños y adolescentes a respetar las señales de tránsito y convivencia; por ejemplo, a respetar el estacionamiento exclusivo para personas que necesitan ayuda para movilizarse.

LAS DISTINTAS ESPIRITUALIDADES Y EXPRESIONES RELIGIOSAS QUE SE PRACTICAN EN PANAMÁ RECONOCEN Y PROMUEVEN EL VALOR DE LA DIGNIDAD DE TODAS LAS PERSONAS, LO CUAL INCLUYE TRATAR CON RESPETO Y SOLIDARIDAD A LAS PERSONAS CON CAPACIDADES DIFERENTES.



ANOTEMOS

¿Qué actividades podría realizar con mis hijas e hijos o quienes estén bajo mi cuidado, para promover la dignidad y el respeto hacia las personas con capacidades diferentes?

MÓDULO 5

LA CRIANZA Y LAS TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN



Las tecnologías de comunicación, que incluyen los dispositivos (teléfono, computadora, tableta electrónica u otros) y los recursos de software (plataformas electrónicas, redes sociales etc.), actualmente ya son de acceso abierto y prácticamente cualquier persona puede tenerlos. De esto no están exentos los niños, niñas y adolescentes, aun cuando su cerebro, su sistema emocional y racional no está preparado completamente para discernir entre lo que realmente necesita, lo que le conviene y lo que le puede hacer daño.

Como padres y madres de familia, como personas que nos dedicamos al cuidado de niñas, niños y adolescentes, es necesario que conozcamos dichas tecnologías: cómo funcionan, cómo se accede a ellas y actualizarnos permanentemente sobre las novedades. De esta manera podremos controlar mejor qué contenidos reciben y cómo los usan.

El objetivo no es prohibirle ni negarle el uso de la tecnología, sino que accedan de forma responsable y consciente.

ANOTEMOS

Reflexiono y anoto:

¿Conozco cómo se usan los teléfonos celulares, internet y redes sociales? ¿Conozco qué contenidos ven mis hijos o hijas en internet y redes sociales?

PARA ELLO, ES ACONSEJABLE:

1. **Poner** reglas para el uso del tiempo y acceso a contenidos en Internet.
2. **Orientar** a las niñas, niños y adolescentes sobre los riesgos en el mundo virtual.
3. **Mantener** la computadora y los espacios de uso de dispositivos, en lugares de acceso abierto (como la sala o el comedor de la casa) y no en los dormitorios u otros espacios privados.
4. **Establecer** áreas libres de tecnología para potenciar la creatividad y convivencia entre los miembros de la familia.
5. **Conocer** a los amigos y amigas que sus hijas e hijos tienen en internet.
6. **Explicarles** que no debe compartirse la contraseña ni información personal.
7. **Conversar** regularmente sobre los contenidos que ambos han encontrado en redes sociales e internet. De esta manera puede ir enseñándole a discernir sobre los contenidos más apropiados. Es importante que sepan que no todo lo que aparece en internet es verdad.
8. **Aclararles** que nunca se deben compartir fotos personales por internet, pues una foto compartida en el mundo virtual ya no está en nuestro dominio.
9. **Instalar** controles, para restringir el acceso a páginas con contenido no apto para las niñas, niños y adolescentes.
10. **Conocer** los sitios que visitan o les interesa visitar a sus hijas e hijos, como: redes sociales, blogs, juegos, entre otras. Hágales saber que no deben chatear con personas desconocidas ni aceptar cualquier solicitud de amistad.



ANOTEMOS

Reflexiono y anoto:

1. ¿Cómo utilizo las tecnologías de comunicación e información? ¿Conozco como las niñas, niños y adolescentes utilizan la tecnología y los contenidos a los que están expuestos?

2. ¿Qué consejos puedo dar en mi iglesia o congregación respecto a este tipo de conductas? ¿Cómo puedo promover la comunicación entre las familias sobre este tema?

CASO DE ESTUDIO



Yuli es una jovencita con mucho carisma. Aunque es una persona educada e inteligente, no socializa mucho y más bien, prefiere estar con pocas amigas.

Como a muchas jóvenes de su edad, le gusta vestirse bien, a la moda y prefiere comunicarse por redes sociales. En su perfil suele publicar fotografías en las que aparece su rostro o cuando sale con sus amigas; y algunas fotografías que dejan ver algo de su familia.

Hace unos días le escribió una persona que Yuli no conoce. Esta persona le ha dicho que la conoce, que la ha visto en su Instituto y que la admira por la forma en que se viste; también le ha dicho que conoce a su familia y que es amiga de algunos de sus parientes.
Es una mujer que, poco a poco, se ha ido ganando la confianza de Yuli a través de chats.

Yuli sabe manejar muy bien el teléfono. Toma fotografías, graba y de vez en cuando publica videos; esto último lo hace cuando logra comprar una buena recarga o cargar datos de alguna red. Le gustaría tener un teléfono con mejores características; suspira por un teléfono de gama alta.

La persona que la contactó por una red social le preguntó si podía hacer algunas ediciones en su teléfono, pero Yuli le comentó que no cuenta con memoria suficiente para hacerlo, aunque le gustaría mucho porque es aficionada a las imágenes. Para su sorpresa, esta persona le ofreció un teléfono inteligente que, supuestamente, acaba de descartar porque compró un teléfono nuevo. Quedaron en verse en una heladería, al salir de clases.

Desde hace unos días, Yuli ha tenido problemas en su casa, sobre todo con su mamá, que la regaña por todo. Así que no tendría inconveniente en ocultarle sobre la reunión y el nuevo teléfono que le ofrecieron.

El día de la cita, la persona que le ofreció el teléfono le dijo a Yuli que se lo entregará un señor que llegará en unos minutos, en un auto negro, grande y con vidrios polarizados. La señal es que el auto se detendrá en la esquina, hacia donde Yuli debe caminar y subirse, sin avisarle a nadie.

ANOTEMOS

Reflexiono y anoto:

1. ¿Qué debe hacer Yuli?

2. ¿Qué riesgos implican estas situaciones?

3. ¿Cómo se pudo haber prevenido esta situación?

4. ¿Conocen casos como el de Yuli?



ANEXOS

ANEXO 1.
SUGERENCIA DE ESQUEMA PARA LAS SESIONES DE FORMACIÓN

A continuación, se le presenta un esquema para realizar las sesiones de formación. Adáptelas según las condiciones del grupo, de tiempo y del lugar donde se realizarán.

Bienvenida:

5 – 10 minutos

- Saludar y preparar una oración o invocación, según la iglesia, denominación o espiritualidad del grupo.
- A partir de la segunda sesión, es conveniente solicitar a alguien de los participantes que se haga cargo de invocación u oración.
- Si es conveniente, incluya música de fondo para animar.

Activación de saberes:

15 minutos

- Recordar el tema de la sesión anterior. Puede preguntar (seleccione una o dos preguntas):
  - ¿Qué recordamos de la sesión anterior?
  - ¿Qué es lo que más me gustó de la sesión anterior?
  - ¿Qué cosas nuevas he practicado, de lo que he aprendido?
- Para ello, puede preguntar y dejar que respondan voluntariamente o pedir de manera directa a alguien, que responda.
- También puede pedir que conversen por parejas y luego compartan con todo el grupo de participantes.



Presentación del tema:

30 - 45 minutos

- Acuda a una cita de texto sagrado o tradición oral, relacionada con el tema de la sesión (puede ver el anexo 2). Puede iniciar con una reflexión sobre ello.
- A continuación, desarrolle el tema según los contenidos que UNICEF le presenta en cada módulo. Incluya períodos para conversación o resolución en grupo, de las preguntas que aparecen en cada módulo.
- También puede seleccionar contenidos para que cada participante lea una parte ante el grupo y vayan reflexionando.

Análisis de caso:

45 minutos máximo

- Leer o dramatizar el caso que se presenta en cada módulo. Puede ser que el mismo caso lo dramaticen varios grupos o bien que un grupo prepare la dramatización y otros lo lean.
- Al concluir la lectura o dramatización del caso, reconstruir la historia y reflexionar, según las preguntas que le propone esta guía.
- Es importante cerrar con conclusiones y aprendizajes extraídos del caso.



Cierre:

- Pida a las personas participantes que anoten (elija solo una pregunta):
  - ¿Cuál es la idea que más me gustó?
  - ¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo lo puedo aplicar?
- También puede pedirles que conversen por parejas o que compartan en grupos pequeños; o bien que compartan libremente con todo el grupo.
- Concluya con un oración, petición o propósito, según suelen hacerlo en su iglesia, congregación o grupo de espiritualidad.

15 minutos

ANEXO 2.
SUGERENCIA DE TEXTOS SAGRADOS O DE TRADICIÓN ORAL

MÓDULO 1
CUIDAR EL CORAZÓN DE LAS NIÑAS Y NIÑOS EN LA CRIANZA

Biblia:	**Mateo 19:14** "Jesús dijo: «Dejen que los niños vengan a mí; no se lo impidan, porque el reino de los cielos es de quienes son como ellos»." **Proverbios 4, 23** "Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida"
Libro de Mormón:	Doctrina y Convenios 121:41–42 "Ningún poder o influencia puede... mantenerse, sino por la persuasión, la longanimidad, la benignidad, la mansedumbre y el amor sincero."
Corán:	**Surah Al-Isra 17:31** "No matéis a vuestros hijos por temor a la pobreza. Nosotros proveemos para ellos y para vosotros."
Talmud:	**"El mundo se sostiene por el aliento de los niños..."** Este dicho del Talmud subraya la importancia vital de la niñez. El aliento de una niña o un niño -es decir, su vida, su alegría, su inocencia- es sagrado. Cuando los cuidamos con respeto y amor, estamos protegiendo algo esencial para la humanidad.



MÓDULO 2
OTRAS FORMAS DE CRIANZA

Biblia:	**Deuteronomio 6:6–7** "...las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino..." **Colosenses 3:21** "Padres, no exasperéis a vuestros hijos, para que no se desalienten." **Efesios 6:4** "Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor." **Proverbios 15:1** "La respuesta suave calma la ira, pero la palabra áspera aumenta el enojo." **Mateo 18:10** "Tened cuidado de no menospreciar a uno de estos pequeños, porque os digo que sus ángeles en los cielos ven siempre el rostro de mi Padre celestial."



Libro de Mormón:

Mosíah 4:14–15 "No permitiréis que vuestros hijos peleen ni que se insulten... sino que los criaréis en amor y rectitud."

Alma 38:12 "Refrena todas tus pasiones, para que puedas ser lleno de amor."

Corán:

Surah Al-An'am 6:151 "No os acerquéis a las faltas graves, ni externa ni internamente."

Surah Luqman 31:13–19 (especialmente versos 17–18) "¡Oh, hijo mío! Establece la oración, ordena lo bueno, prohíbe lo malo y sé paciente ante lo que te aflija... y no hables con soberbia ni andes con arrogancia por la tierra."

Surah Ash-Shura 42:43 "Ciertamente quien se mantiene paciente y perdona, ciertamente eso es de los asuntos más firmes."

Talmud:

Pirkei Avot 4:1 "¿Quién es fuerte? El que domina sus impulsos."

"Lo que un niño hace puertas afuera lo aprendió puertas adentro."

"Un padre tiene el deber de enseñar a su hijo disciplina, pero también cómo sostenerse en la vida."



MÓDULO 3
CRIANZA CON AMOR

Biblia:

Salmos 127:3 "He aquí, herencia de Jehová son los hijos; cosa de estima el fruto del vientre."

Efesios 6:4 "Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor."

Proverbios 22:6 "Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él."

Libro de Mormón:

Alma 1:30 "Y así, en sus prosperidades, no desatendían a ninguno que estuviese desnudo, ni a los hambrientos, ni a los sedientos, ni a los enfermos, ni a los que no habían sido nutridos."

Alma 37:6 "...por pequeñas y sencillas cosas se realizan grandes cosas."

Corán:

Surah At-Tahrim 66:6 "¡Oh creyentes! Protegeos a vosotros mismos y a vuestras familias del fuego."

Surah Al-Hujurat 49:11 "¡Oh creyentes! Que ningún pueblo se burle de otro pueblo... ni os insultéis unos a otros con apodos ofensivos."

Talmud:

(Sanedrín 37a) "Quien salva una vida, salva al mundo entero."

Sotah 14a "Así como Él es compasivo, tú también debes ser compasivo."

Avot 1:15 "Recibe a cada persona con rostro amable."



MÓDULO 4
CRIAR A NIÑAS Y NIÑOS POR IGUAL

Biblia:

Salmos 11:5 "Jehová prueba al justo; pero al malo y al que ama la violencia, su alma aborrece."

Colosenses 3:19 "Maridos, amad a vuestras esposas, y no seáis ásperos con ellas."

Gálatas 3:28 "Ya no hay judío ni griego; no hay esclavo ni libre; no hay varón ni mujer, porque todos vosotros sois uno en Cristo Jesús."

Levítico 19:14 "No maldecirás al sordo, ni pondrás tropiezo delante del ciego, sino que temerás a tu Dios."

Libro de Mormón:

2 Nefi 26:33 "Todos son iguales ante Dios."

Mosíah 2:17 "Cuando estáis al servicio de vuestros semejantes, solamente estáis al servicio de vuestro Dios."

Corán:

Surah Al-Hujurat 49:13 "El más honrado ante Dios es el más piadoso."

Surah An-Nahl 16:97 "A quien haga el bien, sea hombre o mujer, y sea creyente, le haremos vivir una vida buena."Talmud:

Berajot 17a "Dios le dio a cada ser humano su propia imagen. No hay uno más importante que otro."

Kiddushin 82b "El que humilla a otra persona, aunque sea sin intención, ha cometido un pecado grave."



MÓDULO 5
LA CRIANZA Y LAS TECNOLOGÍAS DE LA COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

Biblia:

Proverbios 22:6 "Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él."

Filipenses 4:8 "Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable... en esto pensad."

Deuteronomio 6:6–7 "Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos... y hablarás de ellas estando en tu casa..."

Libro de Mormón:

Mosíah 4:15 "Mas vosotros enseñaréis a vuestros hijos a andar por las sendas de la verdad y la rectitud."

2 Nefi 2:27 "Los hombres son libres... para escoger la libertad y la vida eterna... o escoger la cautividad y la muerte..."

Enós 1:1 "He aquí, sucedió que yo, Enós, sabiendo que mi padre era un hombre justo, que me instruyó en su lengua..."



Corán:

Surah Al-Hujurat 49:6 "¡Oh creyentes! Si un malhechor os trae una noticia, investigad, no sea que hagáis daño a otros por ignorancia..."

Surah Al-Isra 17:36 "Y no sigas aquello de lo que no tienes conocimiento. Ciertamente, el oído, la vista y el corazón serán cuestionados."

Talmud:

Avot 1:1 "Sé criterioso en el juicio."

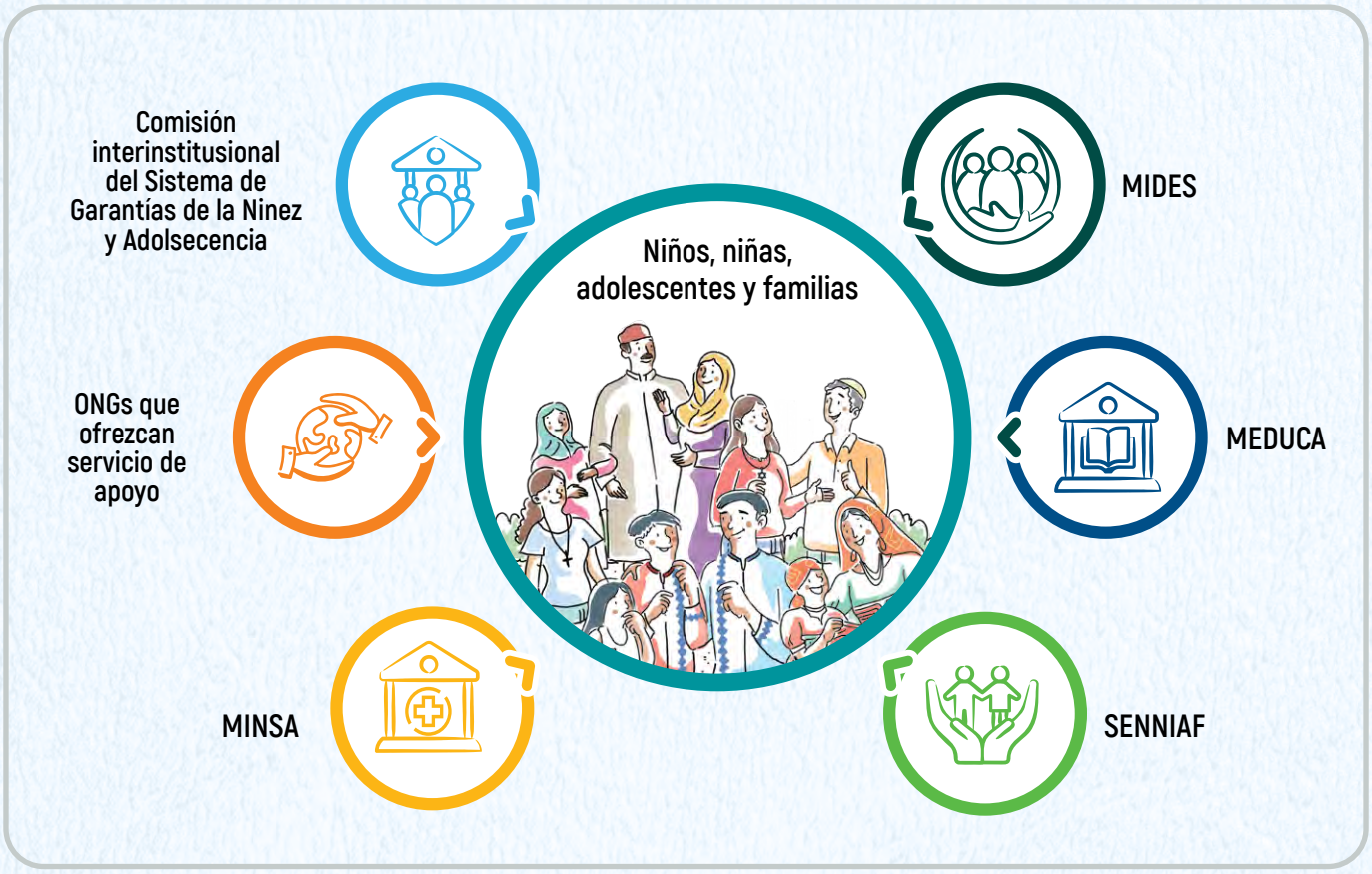
Sanedrín 107a "Toda persona es responsable por lo que permite crecer en su casa."

Sanedrín 37a "Quien salva una vida, salva al mundo entero."

Taanit 20b "Sé flexible como un junco, no tieso como un ciprés."



INFOGRAFÍA: ARTICULACIÓN DEL ESTADO Y ORGANISMOS QUE PERMITEN LA PROMOCIÓN, PREVENCIÓN Y RESPUESTA DE LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES.



Infografía: Articulación del Estado y organismos que permiten la promoción, prevención y respuesta de los niños, niñas y adolescentes. Ministerio de Desarrollo Social (República de Panamá). (2024, 19 de junio). Manual Operativo para la Gestión de Casos de Niños, Niñas y Adolescentes a Nivel Comunitario: Infografía "Articulación del Estado y organismos que permiten la promoción, prevención y respuesta de los niños, niñas y adolescentes". Gaceta Oficial Digital No. 30056-A. Recuperado de https://www.gacetaoficial.gob.pa/pdfTemp/30056_A/105513.pdf

COEPA

COMITÉ INTERRELIGIOSO DE PANAMÁ

unicef
para cada infancia