

# La Familia

Competencias Parentales

*¿Cuál es mi estilo de crianza?*

PS. KAREN OLIVA JARA  
MAGISTER EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA



# Objetivo

- Conocer las características de la parentalidad positiva.
- Que los(las) participantes puedan identificar el estilo de crianza que han desarrollado con sus hijos/as.

## Ser padres y madres


¿Dónde está el manual de instrucciones?

miedo  
apego  
llorar  
comer  
dormir

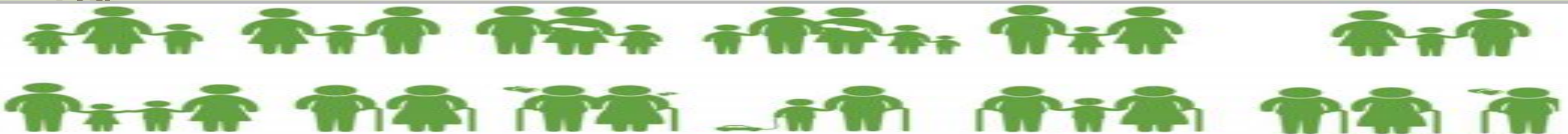


juegos  
rabieta  
amor  
paciencia  
límites





Las características de la parentalidad tienen un papel fundamental en el bienestar y desarrollo psicosocial de niños, niñas y adolescentes, por lo que fortalecer prácticas parentales apropiadas es un tema de especial interés ([Gardner, Dishion, Shaw, Burton, & Supplee, 2007](#)).



# Contextualicemos

- Todas las familias son distintas.
- No existen los padres/madres perfectos ni los hijos perfectos.
- Los padres/madres aman a sus hijos/as y actúan a partir de sus vivencias y recursos.
- Los hijos/as no se “portan mal” para “castigar a los padres/madres”.
- Padres/madres e hijos/as no conforman bandos contrarios.



# Parentalidad hoy



Expectativas respecto del rol parental



Parentalidad: afecto y disfrute



Tiempo y condiciones para el ejercicio de la parentalidad



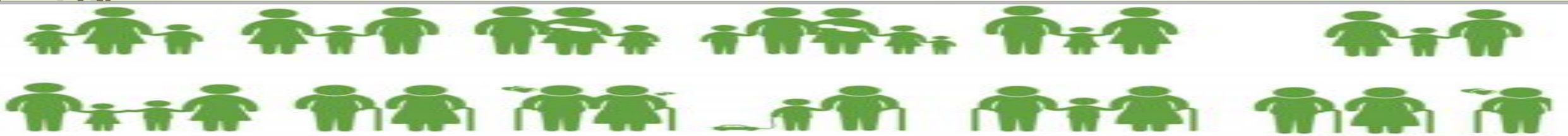


**Exigencia**

**Culpa**

**Agobio**

**Inseguridad**



# Parentalidad positiva

- ✓ Valor del concepto: la parentalidad positiva como **co-responsabilidad** de los propios padres como de la sociedad.
- ✓ Se les pide más a los padres de lo que históricamente se hacía antes, pero desde una perspectiva que reconoce que la parentalidad positiva es un logro social.
- ✓ Se asume que la tarea de ser madre o padre es difícil y requiere **apoyo cómplice**.



# ¿ Qué son las competencias Parentales?

- Capacidad práctica que tienen los padres para Cuidar, Proteger y Educar a sus hijos/as

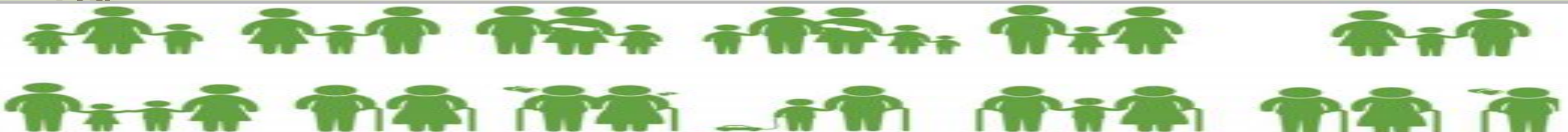
**CAPACIDADES**

**EMPATIA**

**APEGO**

**CAPAC. DE PARTICIPAR EN REDES SOCIALES Y UTILIZAR SUS REC.**

**MODELOS CRIANZA**





# ACTIVIDAD

- IMAGINEMOSNOS COMO LOS NIÑOS DE AYER...
- ¿QUÉ NECESITÁBAMOS? ¿CÓMO COMUNICÁBAMOS NUESTRAS NECESIDADES A NUESTROS PADRES?
- ¿QUÉ NOS HUBIESE GUSTADO DECIRLES? ¿QUÉ NOS HUBIESE GUSTADO QUE ELLOS HICIERAN POR NOSOTROS?



# ¿Cómo logramos obediencia por parte de nuestros hijos?

➤ A través de:

Juego

Demostraciones  
de afecto

Refuerzos

Estimulación

Tiempo compartido

Comunicación



# Estilos de Crianzas

Todos los padres tienen una manera particular de educar a sus hijos, muchas veces esto responde a cómo nosotros hemos sido educados...



¿ Cuáles  
conocemos?

- 1.- Permisivo (limites difusos)
- 2.- Autoritario (control)
- 3.- Democrático ( seguridad)



# Uy! Es igualito a su papá/mamá

Nuestros hijos aprenden de nuestros ejemplos.

*“Las palabras se las lleva el viento...”*





# Actividad

➔ ¿Cuáles serían nuestros desafíos en la labor de ser padres y madres hoy?





Estudio de Tren Digital UC

## Casi la mitad de los padres se "pegan" al teléfono cuando comparten con sus hijos

Un hábito que, además de afectar la relación con los niños, es un mal ejemplo sobre cómo relacionarse con la tecnología.

Por *Carolina Rodríguez*

Sentado en un patio de comidas, una mujer observa la pantalla del celular en su hijo y no se da cuenta de que él también está mirando el teléfono. Dos minutos después vuelve a sacar el dispositivo y lo mira durante unos segundos. Luego otra le presta para buscar comida con la otra mamá. El niño le hace un par de comentarios, a los que ella responde, pero son pocos los minutos en que deja el celular encima de la mesa.

Esta es una de las situaciones que se describen en un reciente estudio realizado por el think tank Tren Digital UC, el cual analizó cómo el uso de la tecnología influye en el comportamiento de los padres cuando están con sus hijos en espacios públicos. Para este análisis

se analizaron 148 casos de padres con niños de entre 1 y 13 años en plazas y patios de comida de centros comerciales en distintas comunas de Santiago.

En el 43% de los casos en las plazas y en el 44% en los patios de co-



mida, los padres presentaron un nivel alto o medio de "absorción" en el teléfono, donde su atención sobre el entorno era casi nula. "En palabras simples, la absorción es qué tan pegados están las personas en el dispositivo. Cuando esta se alta, es difícil realizar otra tarea, y aunque puedas escuchar a otra persona, no es lo mismo que mirarla a los ojos y ponerle total atención", explica Josefina Ramírez, socióloga que participó en el estudio.

En cuanto a la frecuencia con que miraban el teléfono, el 43% de los padres en las plazas casi nunca guardaron el dispositivo y el 37% tuvo igual conducta en los patios de comida.

"Los niños hablan por sí solos. Creo que se trata de un momento alto, teniendo en cuenta que casi la mitad está perdiendo contacto visual con sus hijos. En el caso de los niños, perfectamente en dos minutos que no miraste, el niño salió corriendo a la calle detrás de una pelota y se expuso a una tragedia", advierte Daniel Halpern, director de Tren Digital UC.

"No digo que las personas estén cada vez más solas, porque quizás están interconectando con otros a través de los celulares. Pero la tecnología sí tiene un efecto muy potente, que es que te acerca a los demás y te deja de quienes están físicamente a tu lado", añade Halpern.

### Los efectos del hábito

Qué hacer con el uso de la tecnología y la parentalidad es una de las dudas que atoraba en su consulta Matías Irujo, pediatra infantil de la Clínica Las Condes. "Cuando los padres usan un dispositivo electrónico, los hijos sienten que están compitiendo con este y hacen cosas para llamar su atención". Las tabletas son una de las reactividades clásicas, y los papás terminan enojándose o retirándose.

"Hay que aprender a controlar el uso del teléfono. Está bien que uno no esté ciento por ciento del tiempo con sus hijos, pero si estoy compartiendo con ellos y estoy poco atento,

les doy una señal de inseguridad o poca confianza que facilita la absorción de que uno no se preocupa por ellos", advierte Alfonso Correa, jefe de psiquiatría infantil de la Clínica Alemana.

Esta conducta de los padres no solo da a entender a los niños que no tiene nada de malo usar el celular por horas, también puede afectar la dinámica familiar. "El desarrollo emocional del niño depende de la relación con sus padres. Si esta se ve alterada, puede quedar un vacío, lo que podría generar una sensación de soledad y afectar su autoestima", advierte Sebastián Huenchelian, psicólogo de Familiares de Fundación Integra.

Tampoco se trata de echarles toda la culpa a los teléfonos y las redes sociales, enfatizan los especialistas, porque de no existir, los padres podrían estar ocupados viendo televisión o leyendo. "La pregunta es ¿por qué los padres están desconectados de sus hijos? Quizás es una forma de evadir los desafíos y demandas que implica la parentalidad", concluye Huenchelian.

LA ASISTENTE  
EMPLEO  
TECNOLOGÍA I  
Las fu

### ¿Qué hacer?

Si se va a usar el teléfono mientras se está con los hijos, es importante asegurarse de cumplir con ese tiempo, aconseja el psiquiatra Alfonso Correa. En todo caso, apagar los dispositivos electrónicos no es la única opción importante cuando se está en familia. "Hay que darse cuenta de que los niños requieren atención de calidad, y esto implica silencio y tiempo", advierte el psiquiatra infantil Matías Irujo.



Siri, de Apple, y C  
El asist  
obede

Este software  
capaz de res  
usar su info  
responder  
hora dan  
resultado

D  
de  
y la  
Ande  
vicio  
de

# Los 10 superpoderes de papá

## Superpaciencia

Cuando tengo rabietas y me enfado

## Superoído

Escucha cuando lloro, aunque esté dormido



## Super-valentía

Aleja a los monstruos de debajo de la cama

## Supervista

Puede ver las cosas que no encuentro

## Supervoz

Canta canciones geniales y cuenta los mejores cuentos

## Supervelocidad

Hace muchas cosas al mismo tiempo

## Supertacto

Es capaz de saber si tengo fiebre con solo tocarme la frente

## Superbesitos

Curan mis heridas cuando me caigo

## Superguapo

Mi papá es el papá más guapo del mundo

## Supercaricias

Me tranquilizan y me quedo dormido como un corderito



# Recomendaciones

## Proporcione un ambiente seguro e interesante

- Jugar, explorar e investigar su mundo ayuda a que sus hijos puedan desarrollar habilidades. Pero es importante que a veces lo puedan hacer por sí solos, sin tener que estar constantemente sobre ellos.

## Proporcione un entorno positivo para el aprendizaje

- Es más importante que usted esté disponible para su hijo cuando necesite ayuda o quiera conversar, incluso si se trata solo de un minuto o de vez en cuando.

## Utilice una disciplina positiva

- Ayuda a que sus hijos entiendan que su conducta siempre va a traer consecuencias y dichas consecuencias se llevan a cabo en un ambiente predecible y amoroso. Esto quiere decir que su hijo se siente seguro y sabe a qué atenerse.

## Tenga expectativas realistas

- Es importante recordar que nadie es perfecto. Ni sus hijos ni usted. Si espera que su hijo siempre sea educado, ordenado, esté siempre contento y sea cooperador, usted mismo se está preparando para la decepción y, a la vez, el conflicto con su hijo. Los niños cometen errores pero la mayoría de los errores no son intencionales. Está bien dejar que su hijo lo intente y se equivoque.

## Cúidese como padre o madre

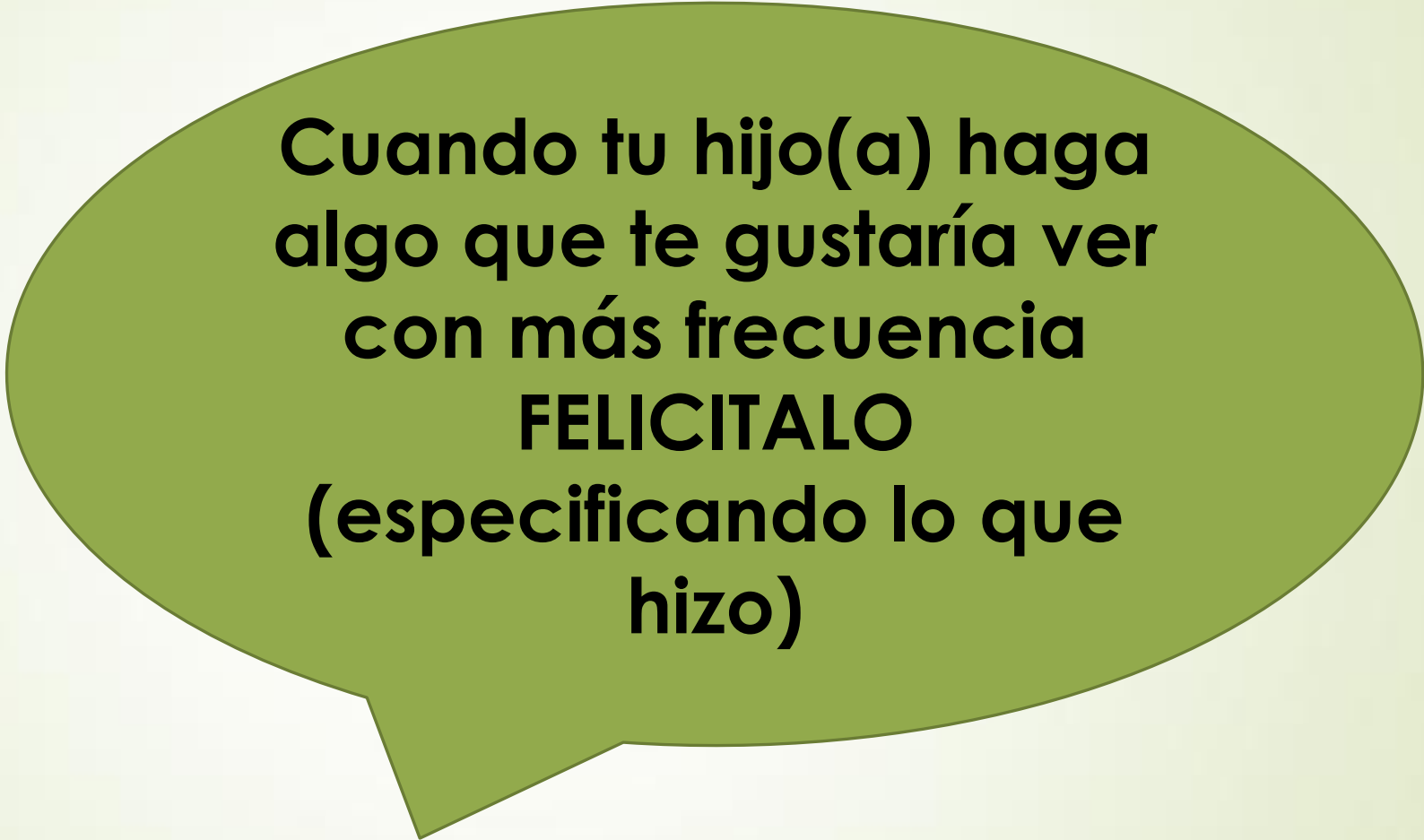
- Naturalmente, criar a los hijos es un trabajo que toma mucho tiempo y que a veces puede parecer que le va a tomar la vida entera. Pero también tiene que cuidar sus propias necesidades, asegurándose de contar con apoyo, compañerismo, intimidad, recreación e incluso un poco de tiempo solo para usted.

# Disciplina Positiva

- ▶ Para los padres, la disciplina positiva significa estar preparados. Establezca reglas claras y dígame a su hijo *qué hacer* más que *qué no hacer*. Entregue instrucciones claras y en calma y que sean consecuentes de un día a otro. No es bueno dejar las cosas pasar, simplemente porque no se quiere molestar en hacer algo al respecto.
- ▶ No tiene por qué saltar ante cada indiscreción menor. Ignore la mala conducta que considere es solo un intento por llamar su atención. No haga un escándalo y déjelo pasar.
- ▶ Actúe rápidamente si las reglas establecidas son quebrantadas. Mantenga la calma y que las consecuencias sean justas y apropiadas según la edad.
- ▶ Recuerde felicitar la conducta que le agrada. Trate de atrapar a su hijo siguiendo las reglas y felicítelo por eso, especialmente cuando aprenda algo nuevo.




## Ejemplos



**Cuando tu hijo(a) haga  
algo que te gustaría ver  
con más frecuencia  
FELICITALO  
(especificando lo que  
hizo)**





## 10 frases positivas para los niños

- Has sido capaz de hacerlo
- Si necesitas algo, pídemelo
- Estoy muy orgulloso de ti
- Sabes que te quiero mucho
- Puedes llegar donde tú quieras
- Yo sé que eres bueno
- Sé que lo has hecho sin querer
- Creo lo que me dices
- Noto que cada día eres mejor
- ¡Qué sorpresa más buena!





**Ten en cuenta...**

***Ser padres es más sencillo cuando tanto los papás y las mamás como los cuidadores de los niños trabajan en equipo y se apoyan mutuamente.***

*“El mejor legado  
de un padre a sus hijos  
es un poco de su  
tiempo cada día”*





## El desafío de ser padres

*Aunque existen diversos desafíos frecuentes en la crianza, cada familia tiene los propios. NO HAY UNA SOLA MANERA CORRECTA DE SER PADRES... Lo más recomendable es descubrir la estrategia con la cual nos sentimos más cómodos y que funcione mejor con nuestra familia.*

