



# Crianza con alas

En Alas y Raíces tenemos la responsabilidad de asegurar y promover que bebés, niñas, niños y adolescentes disfruten de experiencias culturales, artísticas y comunitarias libres de violencia.

Es por ello que queremos compartirtte algunos retos lúdicos y recomendaciones prácticas que te acompañen en el camino de la crianza respetuosa.

Descubre otras formas para comunicarnos, compartir y participar. Construyamos espacios simbólicos donde ellas y ellos puedan vivirse a plenitud en compañía de personas adultas que les reconocen y respetan en cada etapa de su desarrollo.

# Retos lúdicos

Inventen canciones que hablen de las niñas y los niños, lo que admiran o disfrutan de ellos y ellas. Cualquier tonada o melodía sirve.

¿Cuántas palabras hay escondidas en nuestro nombre? Descúbralas junto con niñas y niños, después inventen frases divertidas: "Mónica, mona, nica."

¿Naturaleza muerta? ¡Revívanla! A modo de rompecabezas armen, caras con hojas, flores secas, o ramitas, todo lo que puedan imaginar.

Nos transformamos todo el tiempo. Imaginen que su cuerpo es un chicle que alguien mastica o un robot descompuesto, ¿cómo se moverían?

Esta es la historia de...  
La jirafa que vivía en una burbuja de jabón.  
Diviértanse camino a casa o a la escuela creando historias fantásticas.

Cierran los ojos y escuchen con atención lo que hay a su alrededor. Ahora armen un mapa con todo lo que lograron percibir.

¿A qué huelen los colores? ¿Qué sabor tienen los sonidos? ¿Qué textura tiene el viento? Jueguen con éstas y otras asociaciones sinestésicas.

¿Ya tienen su árbol de cariños? Diviértanse armando el suyo y no olviden incluir a sus mascotas, juguetes, lugares y amigos más queridos.

¿Tienen en casa o en la escuela un cuaderno de las angustias? Puede facilitar que los niños escriban, dibujen, rayen o rasguen aquello que les preocupa.

Construyan junto con niñas y niños un escudo contra el miedo. Decidan la forma, los colores y elementos que llevará. Siempre es útil tener uno cerca.

Reír contribuye a oxigenar nuestro cerebro y disminuir el estrés. Inventen un lenguaje extraterrestre y renombren el mundo.

1. Desarrollar un sentido de cercanía y confianza es el primer paso para tener una buena comunicación. La mejor manera de escucharles es guardando silencio. Resiste a la tentación de dar tus respuestas y conoce mejor sus puntos de vista.

5. Cuando se enfrente a un nuevo reto, a una actividad que nunca ha hecho antes, explícale cómo puede hacerlo. Nunca lo hagas por él o ella y sólo dale ayuda si te la pide. A veces nos anticipamos a ayudarles y les robamos la oportunidad de resolver, lograr y aprender por sí mismos.

8. Para fortalecer el sentido de autonomía en niñas y niños es importante que tomes en cuenta sus opiniones, siempre date unos minutos para escucharles.

9. Si le percibes con ansiedad o frustración, tírense en el piso a contemplar las nubes o las hojas de los árboles, sugierele que mire y poco a poco se irá calmando.

6. Para estimular el pensamiento crítico de niñas y niños es importante que la respuesta a sus preguntas sea:  
¿tú qué crees?, ¿por qué crees que sea así?,  
¿cómo lo podemos solucionar?, ¿tú qué harías?

10. Conocer diferentes formas, sabores, olores, texturas y sonidos ampliará el imaginario de niñas y niños. Exploren juntos y sorpréndanse con sus descubrimientos.

3. Valida sus emociones: está bien sentir miedo, enojo o tristeza. Hazle saber que tú estarás ahí cuando te necesite.

7. Responder a las preguntas de los niños con más preguntas provocará que vayan construyendo sus propios razonamientos y conclusiones.

11. Ofrece juguetes u objetos no estructurados, como cubos, telas, utensilios de cocina de madera o plástico para que puedan explorarse y sus potencialidades creativas no se agoten con rapidez.

Nunca des solución por ella o por él, permite que explore las posibilidades y, si no avanza, dale pistas o haz preguntas como las del punto anterior.

12. Elaboren como familia o grupo los acuerdos de convivencia. Verás que de esta manera será más fácil cumplir las reglas y aprender sobre las responsabilidades.

4. Si ves que se cuelga en el pasamanos o en un árbol, respira, acércate tranquilamente, es mejor decirle: "¡Agárrate fuerte!" y no la típica frase: "¡Te vas a caer!".  
Esto evitará que sus pensamientos activen el miedo a la caída.



Imaginemos mundos  
donde bebés, niñas, niños y  
adolescentes pueden  
compartir libremente sus  
ideas, sentires y pensamientos.

Recuerdo para jugar:  
Mi cariño por ti es tan  
especial como...

alas raíces

¿Quieres conocer métodos de crianza respetuosa?  
#Buentrato | UNICEF

crianza  
CON CONCIENCIA

ACTIVA EL CURSO DE CC+ EN WHATSAPP



Otra opción es que guardes  
el contacto en tu teléfono:  
56 5100 6984

Inicia el chat con la palabra **FAMILIA**

unicef | para cada infancia



Gobierno de  
**México**

**Cultura**  
Secretaría de Cultura