

En nuestro hogar tenemos la oportunidad de escucharlos en las charlas alrededor de la tulpá o del fogón, cuando vamos a la shagra, cuando caminamos juntos.

**Corregir con sabiduría como dicen los mayores, con los consejos, las historias y el ejemplo:**



Es muy importante saber hacerlo eliminando todo tipo de castigo físico y verbal. Significa no sólo tratar de eliminar el comportamiento indeseado, sino que implica también educar y hacer todo lo posible para que nuestros hijos e hijas sean receptivos, dispuestos a construir a cambio otro comportamiento positivo. Se les debe mostrar sin regaños ni rabia, de manera calmada dónde

está el error de su comportamiento y enseñarle a hacer las cosas de otra manera.

Hay que explicarles por qué su conducta es negativa, qué perjuicio le ocasiona y sus consecuencias. Así les damos los límites que el niño o niña necesitan para aprender a vivir con los demás y también para asimilar los valores positivos de la cultura.

Los mayores y mayores decían que el ejemplo es la mejor forma de educar. Los niños y niñas que han visto a sus padres y madres manejar situaciones de conflicto, rabia y estrés sin agresión, ni violencia, es más probable que resuelvan sus propios conflictos de buena manera. Los niños y niñas que aprendieron de sus padres y madres cómo escuchar, comunicarse y tratar a otros con respeto, tratarán a sus iguales y a sus profesores de la misma forma.

### Los abuelos y abuelas aliados en la crianza:

Para nuestros hijos e hijas la mayoría de las abuelas y abuelos, representan el afecto, la confianza, el respeto por lo que pueden ser los grandes aliados en la crianza, ya que culturalmente son fuente de sabiduría, maestros y guías, consejeros espirituales, transmiten la riqueza cultural, a través de relatos o historias enseñan pautas para el buen vivir, el conservar el amor y respeto por la naturaleza como fuente de salud y armonía.



### CONSEJOS PARA UNA CRIANZA AMOROSA

Criar a nuestros hijos e hijas es acompañarlos por el camino de la vida brindándoles el cuidado y la atención necesaria, con base en el amor y las buenas prácticas familiares y culturales, incluyendo los nuevos conocimientos sobre el desarrollo de la infancia.



Los abuelos y abuelas nos han enseñado que de acuerdo con la cultura del pueblo de Los Pastos, el nacimiento de los niños y las niñas, es asociado como algo bueno para la tierra o el territorio, donde se asocia el amor, el cariño, que proporciona alegría y felicidad, siendo seres que hacen parte del universo y como personas que son se los debe criar para que el día de mañana tengan valores y sean adultos responsables y buenos ciudadanos.

Se determina que los niños y niñas del Pueblo de Los Pastos reciben formación y enseñanza en su hogar toda la vida y que hay otra educación que dan en la escuela y el cumplimiento de sus tareas escolares.

Por esto, la constitución de una buena familia y por ende unos buenos hijos e hijas dependerá de la presencia que exista del padre y de la madre para construir un buen hogar en la comprensión, el amor y el buen ejemplo.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Montenegro, Aida Xiomara. Representaciones sociales frente a la crianza en padres y madres de la comunidad indígena de los Pastos. Resguardo de Ipiiales

Criar con amor significa también proteger a niños, niñas y adolescentes de las situaciones que aún no pueden dominar y darles la oportunidad de enfrentarse a diferentes situaciones que le ayudan a crecer como persona y les permiten desarrollar la capacidad para resolver o experimentar.

El amor y el cariño que sentimos por nuestros hijos e hijas nos permiten ser comprensivos frente a los desaciertos y aciertos por los que tienen que pasar en la vida. Expresarles que los queremos y que estamos para apoyarlos es el mejor remedio para darles seguridad y confianza, para afrontar la vida y sus tempestades.

Aquí les presentamos algunos consejos para apoyarlos en la crianza de sus hijos e hijas:

#### **Cuidarlos proporcionándoles toda la atención necesaria:**

Para protegerlos, brindándoles cuidados básicos como es alimento, aseo, amor, afecto, libertad para expresarse, para prevenir que les pueda ocurrir algo malo.

#### **Acercarse y abrazar frente al llanto o cuando esté triste o con angustia:**

Expresar los sentimientos es una necesidad de todas las personas. Por eso es importante conversar sobre lo que se siente, no reprender, asegurarle que estará disponible, detener lo que esté haciendo y sentarse a jugar y charlar durante un tiempo.



#### **Trabajar y estar:**

Si nuestro hijo o hija asiste al hogar infantil o por el trabajo nos tenemos que separar y eso le genera angustia así ya sean grandecitos, se les debe ofrecer un cuidado especial en el momento de la despedida, otorgar palabras que demuestren el amor seguro y el regreso, por ejemplo: "Mamá se va a trabajar, pero en un rato te vendrá a buscar, voy a estar pensando en ti".

#### **Alimentarlos bien:**

Es de gran importancia en la crianza la alimentación que brindemos a nuestros hijos e hijas desde el momento de la concepción ya que determinará su salud física y espiritual porque para Los Pastos, los alimentos son sagrados ya que alimentan, sanan el alma y el cuerpo, eficaces para una sana crianza.

#### **Participación del padre en la crianza:**

Es bueno que tanto las madres como los padres participen en la crianza de los hijos y las hijas, porque ayudan a guiar y orientar por medio del consejo, a que sigan un buen camino siguiendo el buen ejemplo y enseñándoles los saberes ancestrales heredados de los abuelos.

#### **Fomentar las tradiciones, usos y costumbres:**

Seguir con la tradición de la reunión familiar alrededor de la tulpa o el fogón, porque es ahí donde se enseña y se comparte los saberes ancestrales, los consejos, las historias, las experiencias cotidianas. Mediante las historias se aprende a narrar, algo fundamental para la mente humana, pues así es como nos explicamos el mundo. Nuestros hijos e hijas comprenden el tiempo (ayer, hoy, mañana), pueden anticipar acciones, imaginar otras, fantasear e identificar en los relatos sentimientos de sus propias vidas.

#### **Juguemos, cantemos, leamos con nuestros hijos e hijas:**



Así ampliamos sus conocimientos y experiencias, les ayudamos a desarrollar la curiosidad y la confianza en sí mismos. A través del juego, la lectura, la tradición oral y la música, se ejercitan las habilidades de todas las áreas de su desarrollo cognitivo cómo resolver problemas, hablar, compartir ideas con otros niños, desarrollar su

creatividad e imaginación, aprender a expresar y manejar emociones apropiadamente, a esperar turnos, a cooperar y compartir; a hacer movimientos gruesos y finos. Los mejores ambientes donde niños, niñas y adolescentes juegan son aquellos que les permitan movimiento sin ningún tipo de peligro, por eso es importante que les brindemos espacios seguros. El hogar, la escuela, la vida en la comunidad y los eventos institucionales, ofrecen una serie de oportunidades de aprendizaje a través de las experiencias vividas que luego podrán representar en sus juegos o dramatizaciones.

#### **Demos mensajes positivos:**

Es muy importante para nuestros hijos e hijas recibir mensajes llenos de palabras amorosas, palabras que indiquen o señalen las cosas del mundo, que les permita ampliar sus conocimientos, palabras de aliento para seguir adelante, palabras compartidas de gestos, miradas que permitan aprendizajes y el modo de interpretar el mundo que les rodea.

Cuando dedicamos más tiempo a conversar con nuestros hijos e hijas, más oportunidades tendrán de desarrollar su inteligencia, su vida emocional, así como su capacidad para comprender a los otros y así mismo.

#### **Escuchar a nuestros hijos e hijas:**

Aprender a escucharlos desde que son bebés es una de las tareas más acertadas que podemos realizar los padres y madres. Cuando los escuchamos aprendemos a conocerlos, a comprender sus conductas y crece la autoestima, la sensibilidad y el reconocimiento de sus logros y a sus necesidades.

