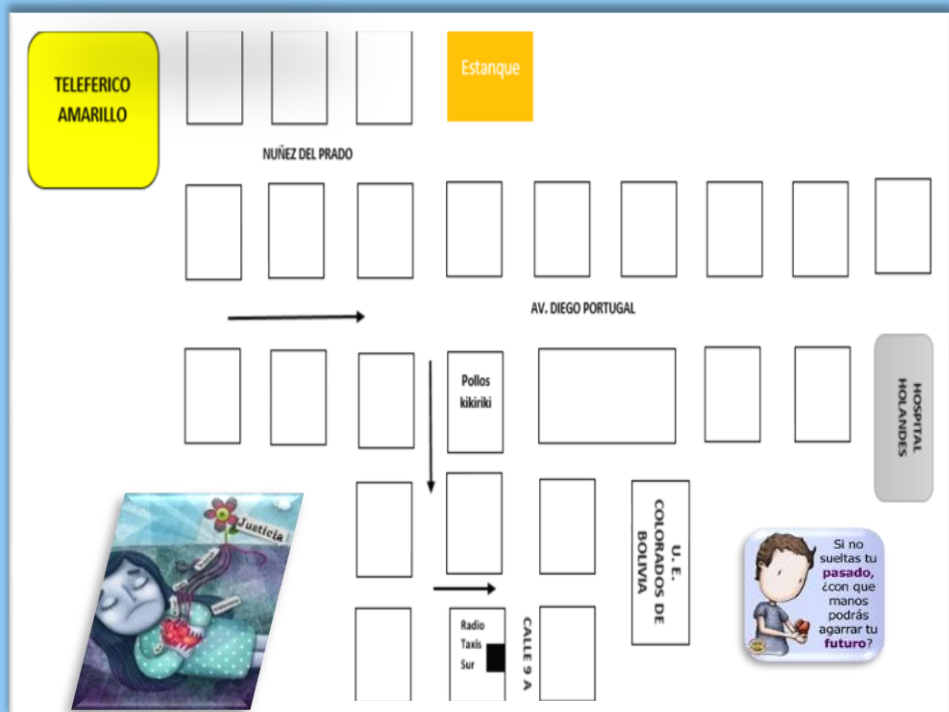




Centro "vidas libres de violencia"



PROYECTO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN INTEGRAL DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCNTES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA SEXUAL "VIDAS LIBRES DE VIOLENCIA"

Dirección: Plan 19 Ciudad Satélite, calle 9 A N° 14, entre Vicente Lecuna y Juan Matienzo, detrás de la Unidad Educativa Colorados de Bolivia Tel.: 69788176 - 69788177

Con el apoyo de:



SEPAMOS

Servicios y Estudios para la Participación Ciudadana en Democracia

MATERNIDAD RESPONSABLE



SI EN EL FUTURO QUIERES ESTAR EN LOS BUENOS RECUERDOS DE TUS HIJAS E HIJOS, TIENES QUE ESTAR EN SU PRESENTE

Contenido

La maternidad.

Maternidad
Responsable.

¿Qué es ser
madre?

Rol tradicional
de la madre.

Rol ideal de la
madre.

Cómo puedo
comunicarme
con mi
hija/hijo.

Estrategias
para
fortalecer la
comunicación
con tu
hijo/hija.

Porque este
material



LA MATERNIDAD

Es una etapa en la vida de una mujer que a través de la llegada de una hija/ hijo, se encargan de su crianza, educación y formación.

La maternidad es una de las experiencias gratas y enriquecedoras en la vida de las mujeres, ya que descubren una nueva forma de amar y dar afecto sin condiciones.

MATERNIDAD RESPONSABLE

La maternidad es un proceso consciente y responsable, que implica velar por el desarrollo integral de las/los hijos, proporcionándoles afecto, cuidado, protección, escucha, diálogo, salud y educación. De modo que las/los hijos se integren a la sociedad como adultos responsables.

¿QUÉ ES SER MADRE?

Ser madre, es dar amor y entregar tus fuerzas cada día para sacar a tus hijas/hijos adelante y enseñarles a vivir con valores positivos, corregir errores y reforzar lo positivo en el momento oportuno, cuidarlos/as, disciplinarlos y cubrir las necesidades esenciales con responsabilidad.

ROL TRADICIONAL DE LA MADRE

- Dedicada al cuidado de su hogar y a la crianza de sus hijas/hijos.

- Encargada de inculcar valores (conversaciones positivas, desarrollo afectivo, etc.).

- Brinda afecto, cariño, amor y confianza.

- Participa activamente en el seguimiento escolar y social.

-Determina los juegos con los que juegan los varones y las mujeres.

- Mantiene los roles tradicionales de varones y mujeres (las hijas realizan labores domésticas, en cambio los hijos hacen sus deberes escolares, juegan y tienen tiempo libre, pueden salir con más facilidad).



ROL IDEAL DE LA MADRE

- Cuida su hogar; se ocupa de la educación y formación de sus hijas/hijos, con la participación activa del papá.

- Brinda afecto, cariño, amor y confianza a sus hijas/hijos.

- Junto al padre de sus hijas/hijos, participa activamente en el seguimiento educativo de estos.

- Juega con sus hijos/as sin hacer diferencia en los roles tradicionales.

- Tiene inquietudes de superación personal y profesional.

- Realizar estudios técnicos, universitarios y otros.

- Se inserta al mercado laboral (Formal o informal)

- Impulsa que hijas e hijos realicen labores domésticas sin importar su sexo.



CUANDO TU LE DICES

Gritando y enojada
¡Apresúrate!, ¡Cállate!,
¡Detente!, ¡Responde!,
¡Hazlo!, etc.

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- Tenemos 10 minutos.
- ¿Cuánto tiempo necesitas para terminar el juego?
- Necesito que me escuches
- ¿Lo puedes hacer?

TU HIJA/HIJO ENTIENDE COMO

- No eres importante
- Tendrás que sacrificar tus deseos por los míos.



CUANDO TU LE DICES

Enojada y/o gritando
- ¿No te da vergüenza?
- ¿Como te vas a equivocar?

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- Todos cometemos errores
- Un error es un paso para avanzar
- Tenemos que aprender de nuestros errores

TU HIJA/HIJO ENTIENDE COMO

- Eres malo/a, algo está mal contigo.



CUANDO TU LE DICES

De manera muy sobre protectora:

- ¡No subas al resbalin, te vas a caer!
- ¡No Toques al perro, te morderá!

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- Ten cuidado.
- Debes estar atento/a.

TU HIJA/HIJO ENTIENDE COMO

- El mundo es peligroso y es mejor que no hagas nada.



CÓMO PUEDO COMUNICARME CON MI HIJA/HIJO

CUANDO TU LE DICES

- Mira qué bien lo está haciendo tu hermano/a, ¿Y tú qué?
- Por que no eres como tu hermano/a.

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- ¡Te amo tal y como eres!

TU HIJA/HIJO ENTIENDE:

- Eres peor que los/las demás.



CUANDO TU LE DICES

Enojada y/o gritando
- ¡Ya te lo he explicado mil veces!
- Por que no lo puedes hacer si es fácil.

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- Lo puedes hacer, inténtalo otra vez
- Si quieres te ayudo
- Lo haremos juntos/as

TU HIJA/HIJO ENTIENDE COMO

- ¡Eres un/una inútil, tonto/a!



CUANDO TU LE DICES

- ¡No llores!
- ¡No grites!
- ¡No te rías!

COMO LO PUEDES DECIR DE OTRA FORMA

- ¿Estás cansado/a?
 - ¿Tienes miedo?
 - ¿Estas feliz?
- (Intenta entender lo que siente tu hijo/a)

TU HIJA/HIJO ENTIENDE COMO

- ¡No expreses tus emociones!



ESTRATEGIAS PARA FORTALECER LA COMUNICACIÓN CON TU HIJO

1. Acércate a tu hijo, cuando esté jugando y juega con él

Mami, no es necesario que sepas jugar, lo importante es que pases tiempo conmigo.

"Tu tiempo es valioso, dale parte de él a tu hijo".



2. Se ejemplo a seguir, comprendelo y apóyalo



Mami, ¿Por qué me dices que no grite? Sí tú me gritas

"Tu ejemplo vale más que mil palabras".

3. Enséñale la honradez, honestidad, respeto y responsabilidad sobre sus actos



Mamá, dime cómo aprendiste a amar la vida, inculca en mí los valores que guiarán mi vida.

"Explícale los valores que conoces y prácticas en tu vida"

4. Dile a tu hijo lo importante que es para ti y cuánto lo amas



Mami, ¿te puedo abrazar? A veces necesito que estés a mi lado.

"El amor es lo más importante para formar hijos seguros y felices".

5. Anima a tu hijo a que emprenda cosas nuevas y alienta sus ideas

Mami, ¡Guíame! para lograr mis sueños. Corrígeme, sin lastimarme. Ayúdame a reconocer y a aprender de mis errores.

A veces me equivoco y necesito que me lo hagas notar.

"Guíalo y corrígelo sin lastimarlo"



6. Respeta su forma de hacer las cosas aunque sean distintas a las tuyas



Mami, enséñame lo que es crecer, guíame para ser una persona libre, autónoma y responsable.

"Acércate a tu hijo e intégrate a su actividad"

7. Enseña a tu hijo a lograr cosas por sí mismo



Mamá, confía en mí que puedo hacerlo, permíteme tener responsabilidades, dame seguridad para tomar mis decisiones.

"Tu hijo tendrá éxito, si aprende a ser eficiente".

8. Permítele que el haga cosas por sí mismo acorde a su edad para que aprenda a ser independiente



Ayúdame para que pueda hacerlo solo.

"Enséñale a realizar diferentes actividades como recoger sus juguetes y su ropa, a tender su cama, etc."

9. Demuéstrale que sus problemas y preocupaciones son importantes para ti



Mami, tengo algo que decirte, necesito que me escuches.

"Toma en cuenta sus opiniones, sentimientos y necesidades".

10. Cuida a tu hijo, para que después pueda cuidarse a sí mismo



Mamá, protégeme hasta que haya crecido, entonces dame la libertad para tomar mi propio camino.

"Protégelo para que en un futuro él se proteja solo"

ESTRATEGIAS PARA FORTALECER LA COMUNICACIÓN CON TU HIJA

Enséñale disciplina, guíala en su comportamiento, reconoce que puede enfadarse, ponerse eufórica o simplemente no querer escucharte, dile lo que eso te hace sentir y que puedes ayudarla, así ella podrá sentirse protegida y segura.



Aprende a solucionar los problemas de manera positiva, sin recurrir a castigos físicos, amenazas, insultos o gritos.



Cuando se porte mal, tu hija necesita que le enseñes a reparar el daño que causo, con respeto y manejar sus emociones y sentimientos.



A tu hija le gusta que la abrases, le demuestres tu cariño, que le sonrías y le digas que hace las cosas bien y que estas orgullosa de ella.



No enseñes con violencia porque aprenderá a resolver sus problemas de la misma manera.



Juega con tu hija, dedica un tiempo para compartir, y veras que descubres muchas inquietudes.



Enséñale a escuchar y expresarse con respeto con la familia, con los maestros/as, y si se equivoca enséñale a pedir perdón y a rectificar el daño



Enséñale a realizar sus deberes de manera responsable en la casa, la escuela y la sociedad.

La confianza en ella ayuda mucho a que no lo olvide.



Tu hija puede tener diferentes intereses, ten la mente abierta y respeta sus decisiones.



Tu hija te pedirá consejos, recuerda cómo te hubiera gustado que a ti que te respondan cuando tenías su edad, no la juzgues, y si no sabes que responder dile que podrán buscar una ayuda.

PORQUÉ ESTE MATERIAL:

PORQUE ESTOS CONSEJOS PUEDEN SERVIRTE A TI, PARA PREVENIR QUE TU HIJO/HIJA NO SUFRA ALGUNA FORMA DE VIOLENCIA, YA QUE EL/ELLA TENDRÁ MÁS CONFIANZA EN EL MISMO Y EN TI, YA QUE CRECERÁ EN UN AMBIENTE DE RESPETO, ENSEÑANZA Y COMPRESIÓN Y PRINCIPALMENTE DE AMOR.

¡ES CIERTO!

NADIE NOS ENSEÑÓ A SER MADRES, PERO
PODEMOS APRENDER Y BUSCAR APOYO

No importa como sea tú familia, lo importante es la unidad, el amor y el respeto

