

# ¿Es momento de...?

## cuidarnos en familia y en comunidad

*Estas conversaciones de maestras, maestros y agentes educativos con las familias les ayudarán a reconocer que necesitan encontrar alternativas de cuidado propio y colectivo para ofrecer experiencias sensibles a las niñas y a los niños, que respondan de manera acertada, afectuosa y segura sus necesidades.*

### ¿Qué aprenderán las familias?



#### 1. Se busca que las familias:

- Aprendan habilidades esenciales para promover el cuidado propio y de los otros.
- Mejoren su capacidad para construir acuerdos en familia sobre el cuidado de sí mismos y de los demás.
- Acuerden prácticas para abordar momentos cotidianos y retadores de la gestación y el desarrollo de las niñas y niños.



RECUERDE

### La siguiente información le será útil para conversar y orientar a la familia

La mayoría de las preguntas que se hacen las familias durante los primeros años de vida de las niñas y los niños tienen que ver con las maneras de cuidar de sí, de los otros y del entorno. Sobre el cuidado de sí, porque las mujeres gestantes y sus familias necesitan comprender a qué se deben los cambios, tanto emocionales como físicos, durante el embarazo y el posparto para poder acompañar de mejor manera estos momentos y otorgarles a las mujeres espacios de cuidado propio

y apoyo constante. Las preguntas sobre el cuidado del otro se relacionan directamente con las niñas y los niños; estas se van contestando a medida que se construyen las rutinas al compás de sus necesidades: la alimentación, el descanso, la limpieza, los juegos, las exploraciones y las formas de expresión propia. En medio del cuidado se sientan las bases para la crianza, en esas primeras relaciones en las que la mirada, las acciones y los sentimientos están emocionalmente puestos en ofrecer las mejores respuestas a las demandas y necesidades de las niñas y los niños. Todo ello redundará en el cuidado del entorno, ofreciendo espacios seguros, protectores y construidos en comunidad.

### ¿Para qué esta ficha?

Las experiencias que se encuentran en esta ficha son dirigidas a las familias y/o adultos cuidadores, niñas y niños, con el fin de proponer espacios especiales para conversar con ellos e intercambiar puntos de vista sobre el significado del cuidado propio y colectivo. Este cuidado tiene que ver con la reorganización progresiva de los tiempos para que cada integrante de la familia pueda tener espacios de calidad para prestarse atención, cargarse de energía y compartir diálogos alrededor de preguntas relacionadas con el desarrollo de las niñas y los niños, y que a veces les generan angustia. Si tales preguntas se comparten con otras personas de la familia y la comunidad, seguramente encontrarán alternativas de solución colectiva. Será una oportunidad para tejer redes de apoyo con la comunidad.

FICHA

13



# Ideas Inspiradoras y recursos

para desarrollar la experiencia en familia

## ¿Cómo nos cuidamos en comunidad?

### ideas inspiradoras

Proponga a las familias indagar y valorar las prácticas de cuidado comunitario en su territorio. Conversen sobre aquellas que les han servido para acompañar a las niñas y los niños a crecer, y que de cierta manera han fortalecido los procesos de cuidado y crianza. Identifiquen también aquellas que no son tan beneficiosas, porque los tiempos han cambiado y vale la pena reevaluarlas. Para ello puede recurrir a las siguientes preguntas:

- ¿Qué rol tienen la familia y la comunidad en el cuidado de la futura madre?
- ¿Qué rol tienen los vecinos y la comunidad en el cuidado de las niñas y los niños?
- ¿Cómo los cuidadores cuentan con el apoyo de sus familiares, amigos y comunidad?
- ¿Han creado una red de cuidados y apoyo segura para acompañar su rol de cuidadores?



- **Cuña 2 Conectar para Educar: Disfrutar en familia para crear momentos de bienestar.**
- **Cuña 4 Conectar para Educar: Alianza familia / maestra, maestro, madre o padre comunitario.**

## Cuidar a las mujeres gestantes

- Si en la familia hay una mujer gestante, anime a sus integrantes a indagar y entender sus cambios, ya que el cuerpo comienza a prepararse para cuidar una vida y ello conlleva movimientos emocionales y físicos.
- Promueva también espacios de encuentro entre mujeres gestantes o póngalas en contacto vía WhatsApp. Las preguntas e inquietudes de una le ayudarán a todas, y podrán ir tejiendo una red de apoyo mutuo. Pregúnteles qué tanto han descansado, con qué apoyos cuentan y si han logrado asistir a los controles médicos.
- Comparta el mensaje de que el cuidado no es solo un asunto de la mujer, ¡es un asunto de toda la familia, del compañero y de la comunidad!



- **Conectar para Educar, Serie Radial Comunitaria sobre Educación Inicial Multimodal, Capítulo 2 Parte 1 y 2: Cuidados de la mujer gestante.**

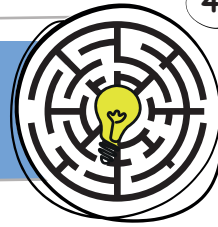
### pistas para la conversación

El cuidado y la promoción del desarrollo de las niñas y los niños debe ser un asunto comunitario. Para que las niñas y los niños se sientan seguros y protegidos es muy importante conversar sobre estos temas con la tendera, el mototaxista, el párroco, las vecinas. Cuidar y educar no debe ser un asunto privado, es bueno pensarlo como algo público en el que todas y todos aportamos para el bienestar y el cuidado de la vida.

Al pensar en cuidar la vida se deben reevaluar aquellas prácticas de crianza que no están centradas en la comprensión del desarrollo de las niñas y los niños. Por ejemplo, saber que cuando las niñas o niños comienzan a moverse independientemente aprovechan esta oportunidad para alcanzar objetos que les llaman la atención; de allí que el espacio debe ser acondicionado para ello y para que comprendan qué pueden coger y que no, más allá de pensar que son inquietos.

Para vivir una gestación tranquila son indispensables el equilibrio y el bienestar. Esto se logra dándole lugar a las preguntas de la mujer gestante, indagando sobre sus emociones y sus miedos, y ofreciéndole espacios de descanso. Además, generando entre todos ambientes saludables, protectores y enriquecidos. Lo anterior se puede lograr más efectivamente vinculando a todos los cuidadores y posibilitando encuentros y conversaciones entre las familias gestantes.

# Desafíos para realizar en familia



4.

En esta sección encontrarán algunas experiencias en clave de desafíos; es decir, actividades cortas que buscan poner focos intencionales en la observación y la escucha de familias y cuidadores para prestar atención a las formas en que las niñas y los niños aprenden.

Proponga a las familias que:



## Desafío 1

- Escojan con la familia a algún integrante de esta o de la comunidad, para involucrarlo de forma positiva en el cuidado y crianza de las niñas y los niños. Por ejemplo, para acudir al centro de salud a alguna charla sobre el cuidado a las niñas y los niños o conversar con una abuela, partera o sabedor que pueda despejar algunas dudas de las familias.

## Desafío 2

- Indague sobre esas preguntas que tienen las familias respecto de algunas prácticas de crianza que quieren reevaluar y pregunte las razones. Válgase de ellas para respaldar cambios y promover de manera adecuada el desarrollo y el aprendizaje de las niñas y los niños; por ejemplo, en lo concerniente al castigo físico.

## Desafío 3

- Con las familias escojan o ubiquen un lugar en el que puedan reunirse a jugar y compartir con las niñas y los niños. Mientras los ven jugar pueden conversar sobre aquellas inquietudes que tienen alrededor de la crianza o sobre la mejor manera de acompañarles. Conversar con otros que están viviendo experiencias parecidas ayuda a sentirse acompañado y apoyado.

## Espacio de interacción

¿Surgieron otros temas de conversación? Escriba aquí respuestas, consejos o preguntas que surgieron durante las conversaciones con las familias y sugieren nuevos temas de conversación.

Blank space for writing responses, advice, or questions that arose during conversations with families and suggest new topics of conversation.

Blank space for writing responses, advice, or questions that arose during conversations with families and suggest new topics of conversation.