

MARIELLA VEGA SWAYNE

REGULACIÓN EMOCIONAL, CO-REGULACIÓN Y ENTRENAMIENTO EN CRIANZA RESPETUOSA

MÓDULO 2 SESIÓN 4



QUÉ VEREMOS EN LA SESIÓN DE HOY

- Principios de la crianza respetuosa: firmeza, empatía y conexión.
- Comunicación no violenta y límites afectivos.
- Herramientas clínicas para el trabajo con cuidadores.
- Diseño de una sesión con cuidadores: estructura, recursos, práctica y cierre emocional.

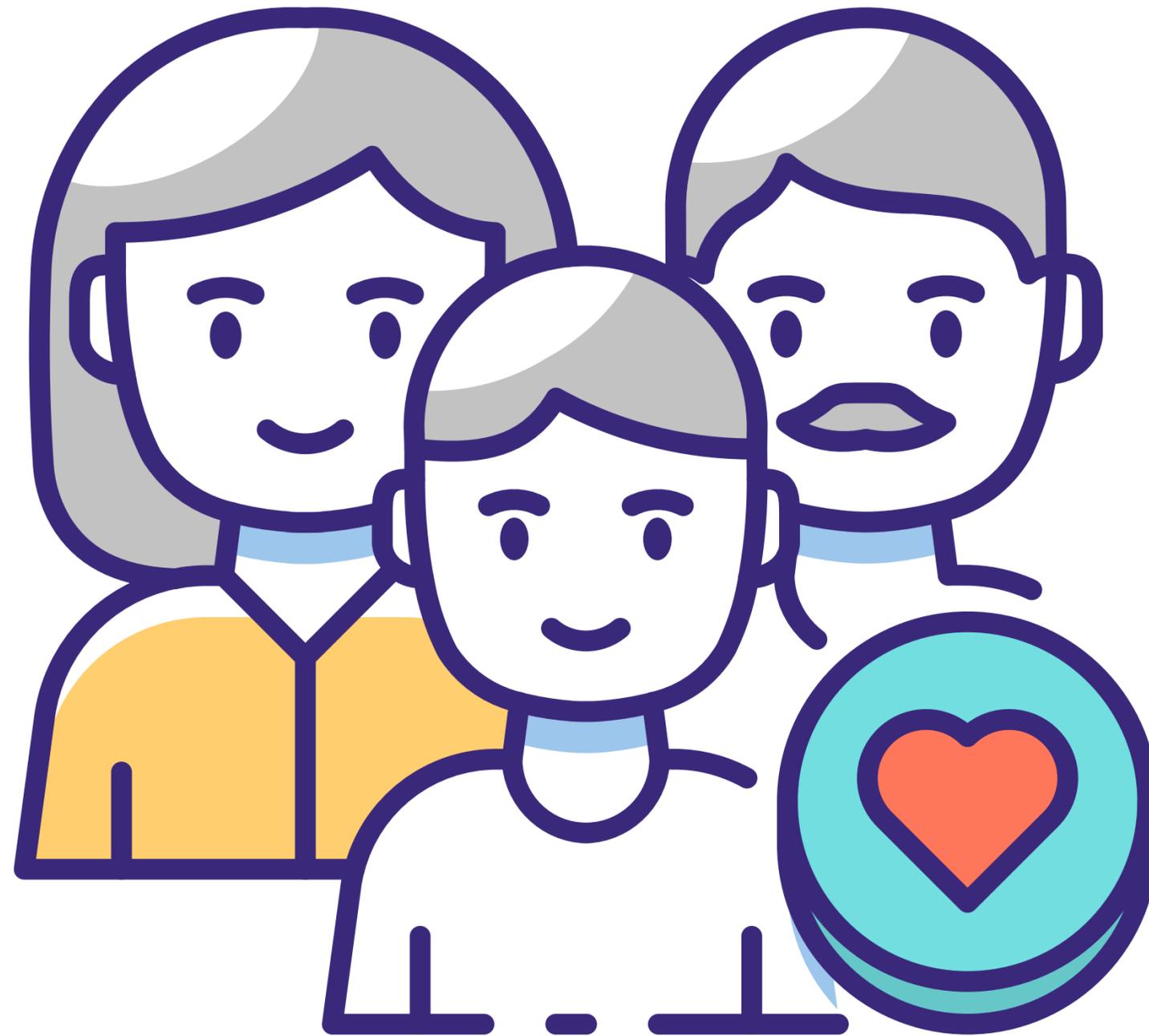


OBJETIVOS

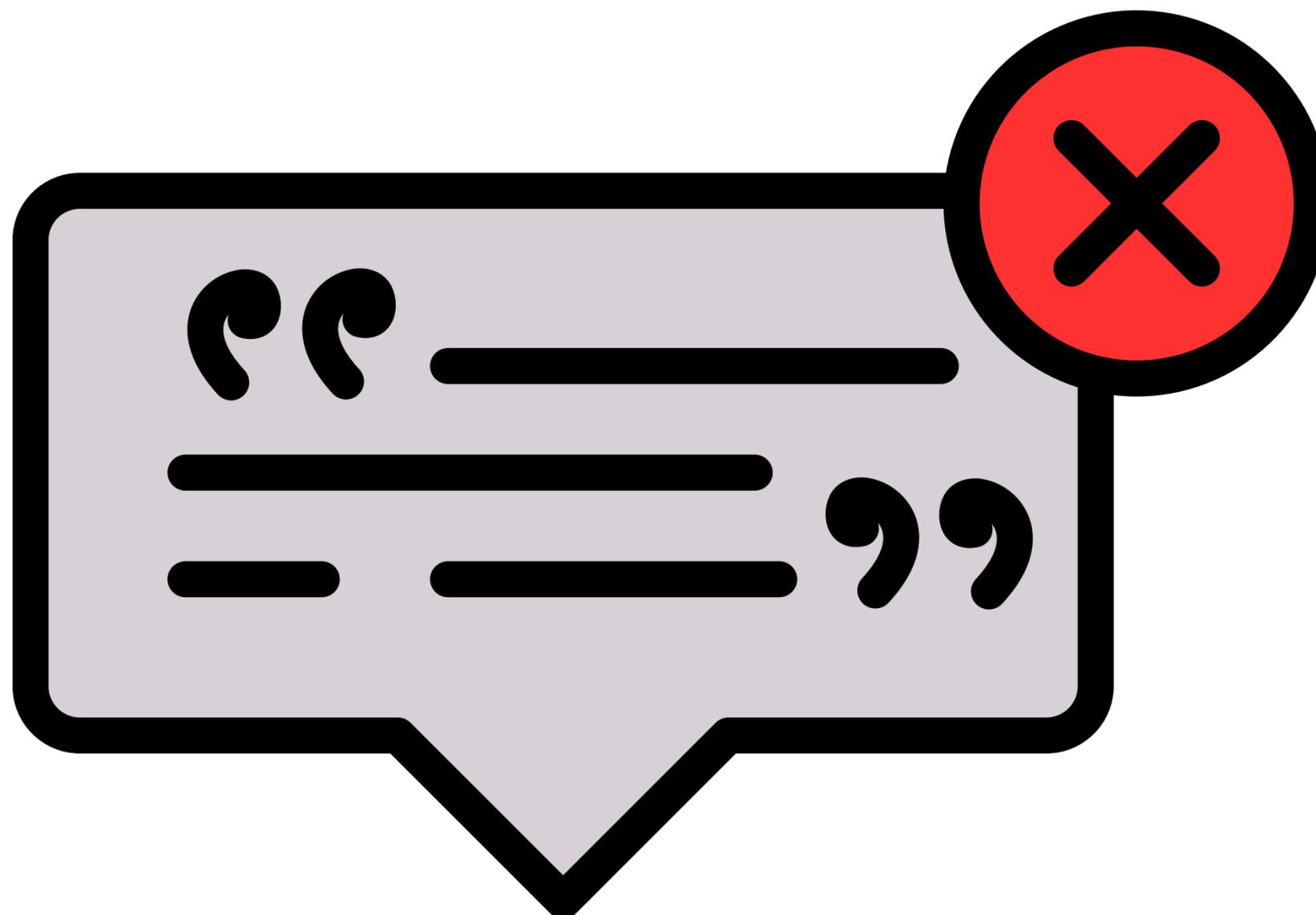
- Integrar los principios de la crianza respetuosa (firmeza, empatía y conexión) en la intervención clínica con cuidadores.
- Aplicar herramientas clínicas (reencuadre, modelamiento, retroalimentación, práctica guiada) en sesiones de orientación parental.
- Diseñar una sesión estructurada con cuidadores: apertura, psicoeducación, modelamiento, práctica y cierre emocional.
- Fortalecer las competencias del psicólogo para acompañar la co-regulación y el manejo respetuoso de conductas difíciles.



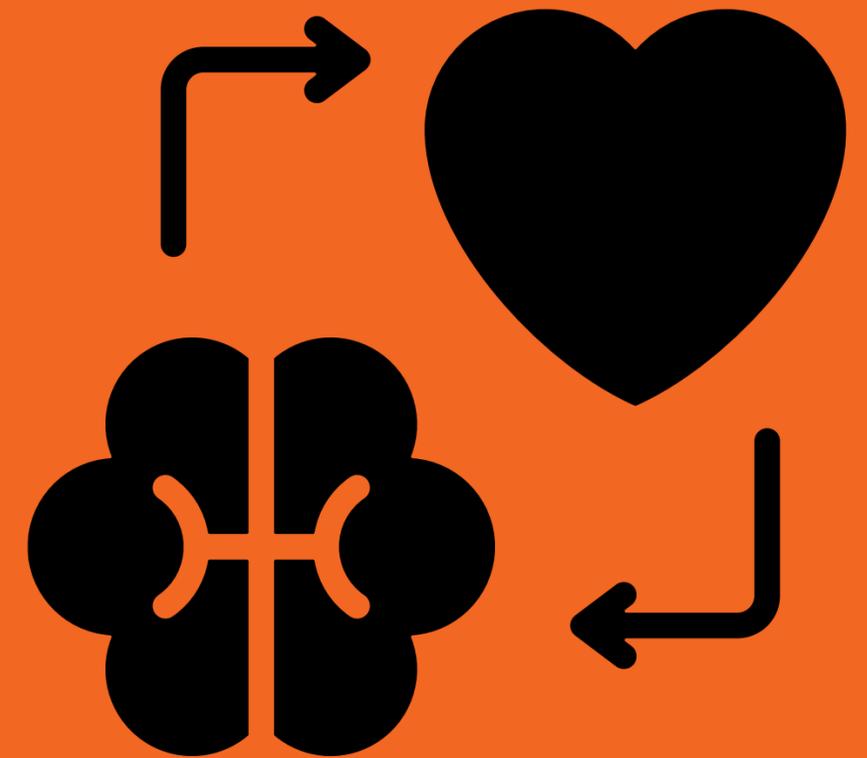
CRIANZA RESPETUOSA



“FRASES QUE ESCUCHAMOS EN CONSULTA”



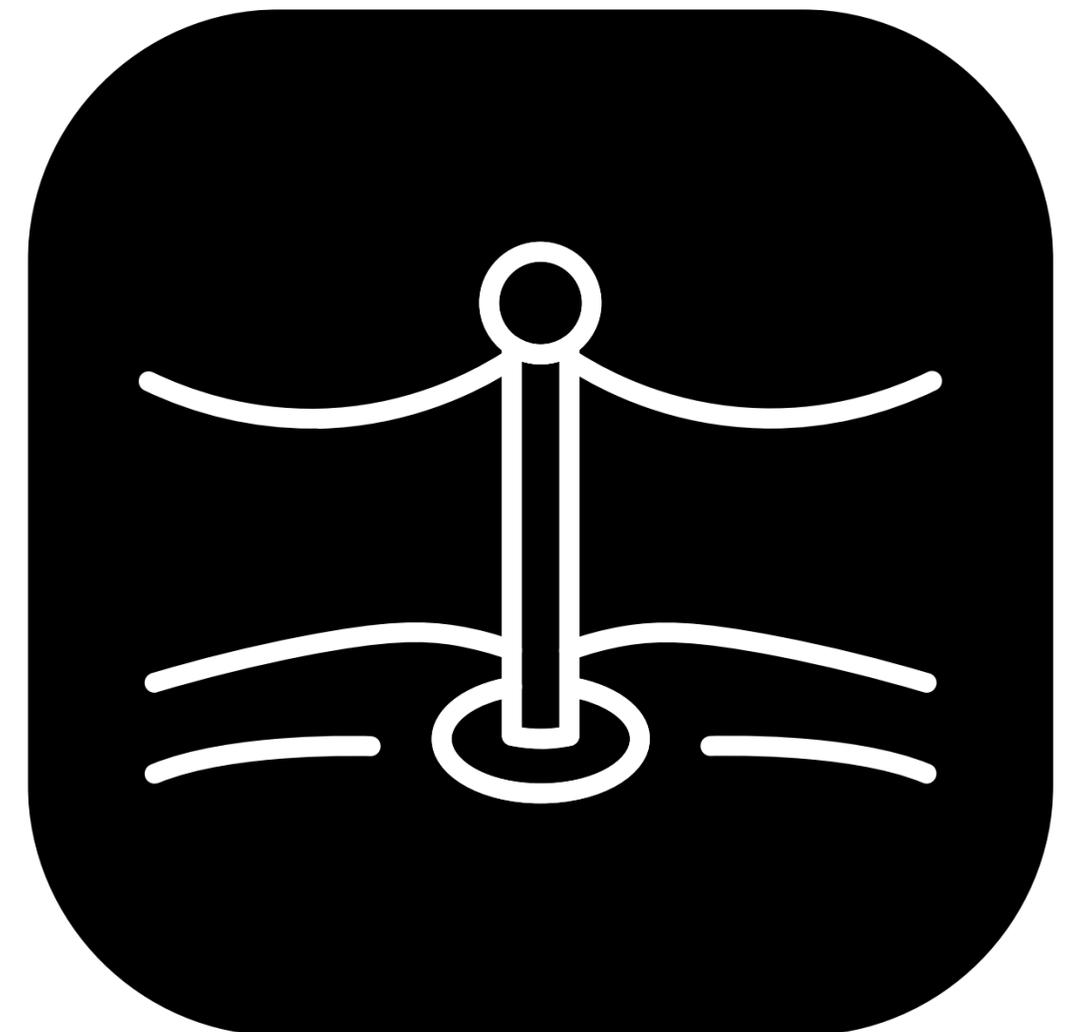
PRINCIPIOS DE LA CRIANZA RESPETUOSA



FIRMEZA

La firmeza es la capacidad del adulto para sostener límites claros, previsibles y consistentes sin perder la regulación emocional. Supone:

- Estructura → el niño sabe qué esperar.
- Claridad → las expectativas son concretas y comprensibles.
- Consistencia → el adulto mantiene lo que dice, sin improvisación emocional.
- Contención → el límite protege; no castiga ni humilla.



HERRAMIENTAS CLÍNICAS PARA ENTRENAR FIRMEZA



ANTICIPACIONES VISUALES

REGLAS “POCAS, CLARAS Y VISIBLES”

SECUENCIA “PRIMERO – LUEGO””

RUTINAS CON APOYO VISUAL

LÍMITES AFECTIVOS

EMPATÍA

La empatía en la crianza respetuosa es la capacidad del adulto para:

- Reconocer la emoción del niño.
- Nombrarla sin juzgarla.
- Validarla como una experiencia legítima.
- Mantenerse disponible durante el malestar.



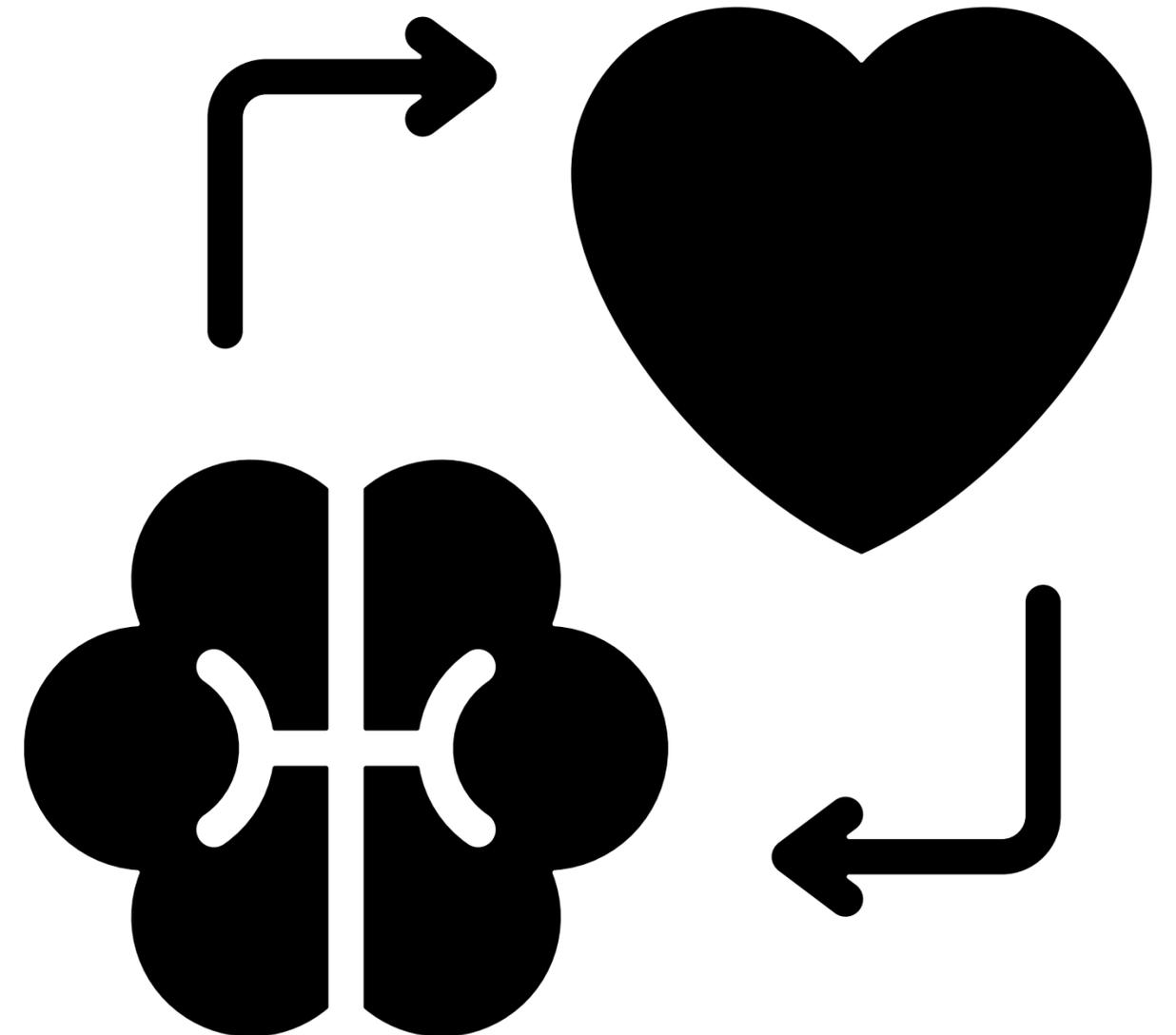
HERRAMIENTAS CLÍNICAS PARA ENTRENAR EMPATÍA



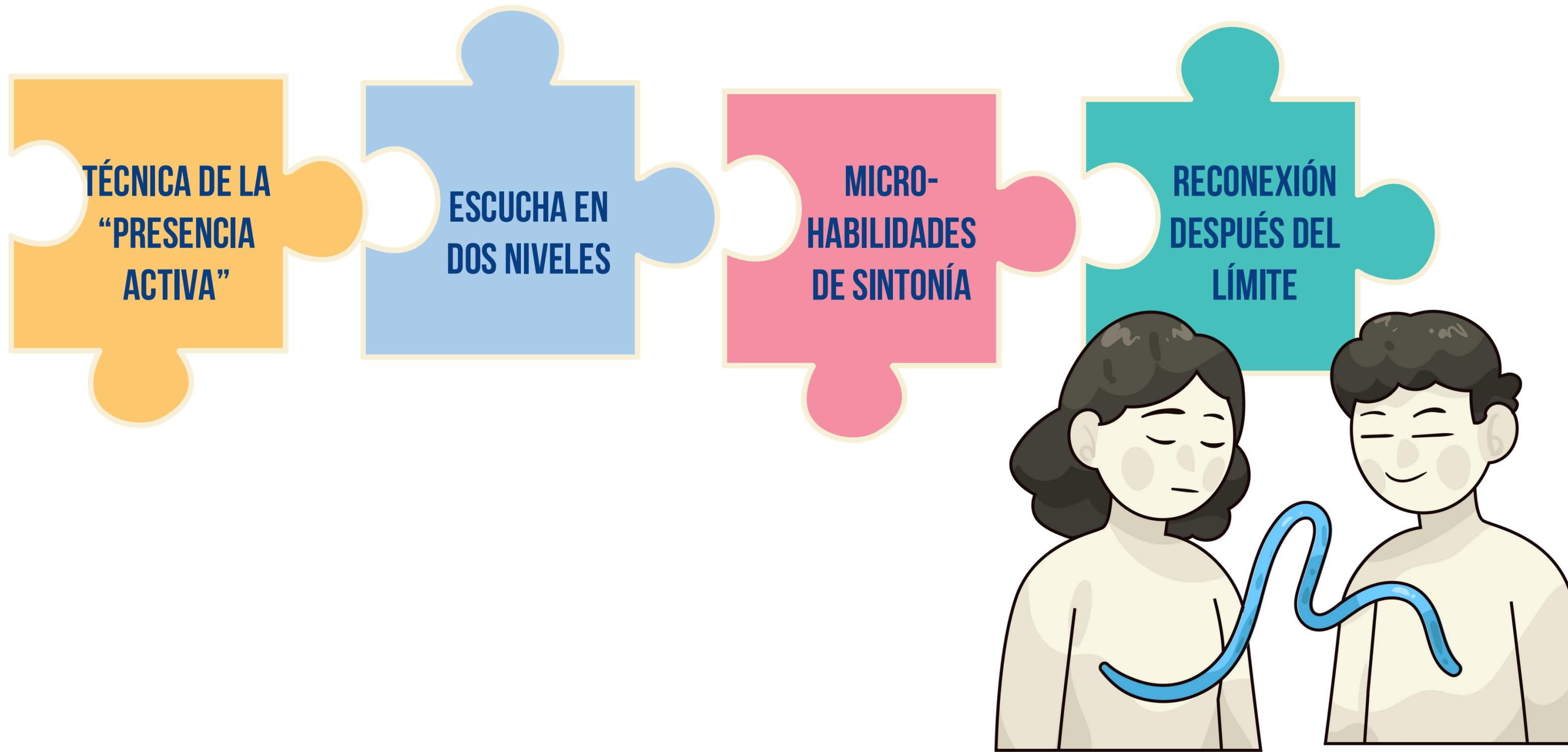
CONEXIÓN

La conexión es la capacidad del adulto para mantener un vínculo activo, atento y seguro con el niño durante interacciones cotidianas y especialmente en momentos difíciles.

- Presencia emocional (estar disponible, no reactivo).
- Sintonía afectiva (leer al niño, ajustar el tono).
- Comunicación desde la calma.
- Disponibilidad corporal segura.
- Acompañamiento durante el malestar.

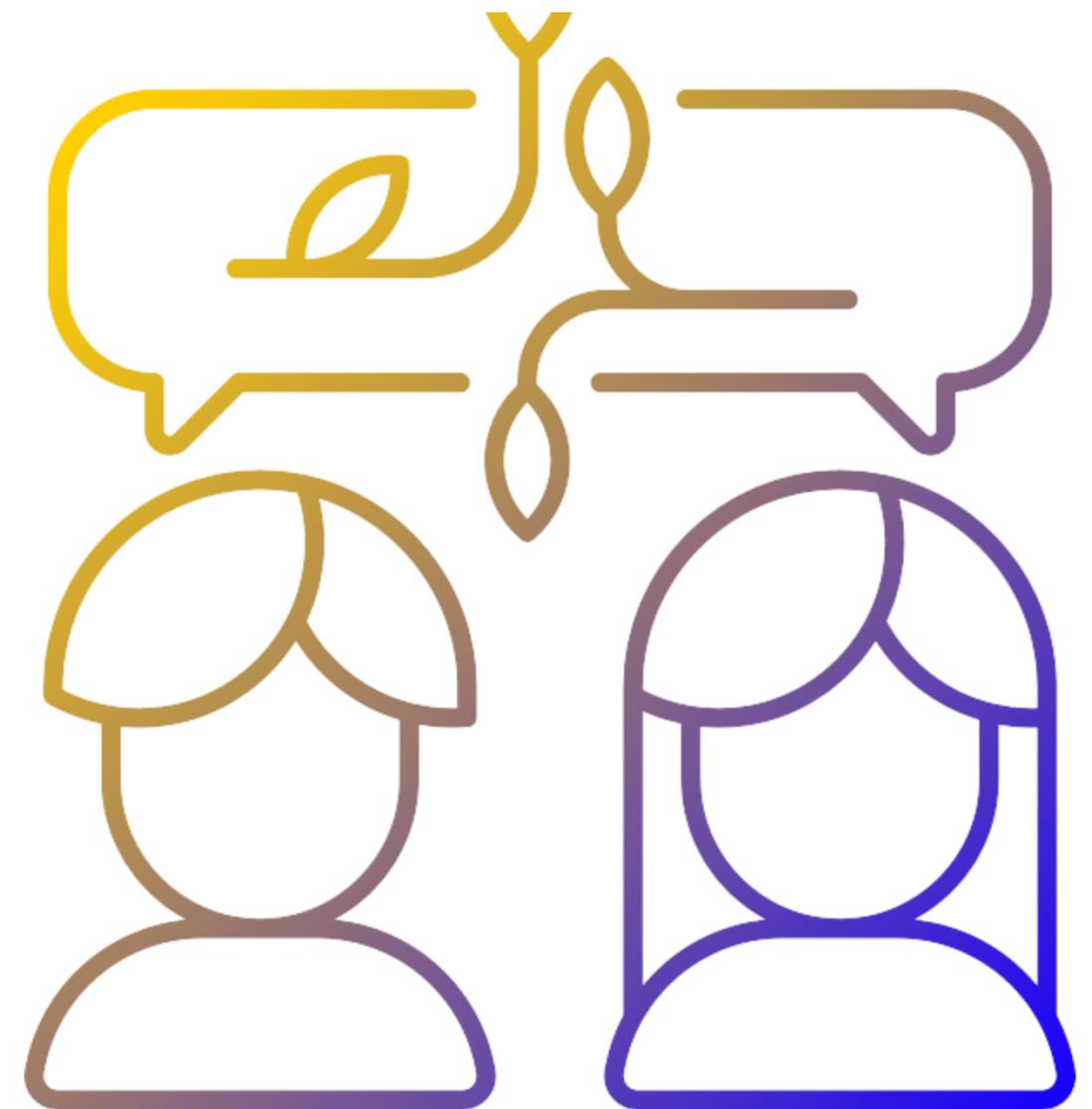


HERRAMIENTAS CLÍNICAS PARA ENTRENAR LA CONEXIÓN



HERRAMIENTAS CLÍNICAS PARA ENTRENAMIENTO PARENTAL





LÍMITES AFECTIVOS

01

CLARO

02

FIRME

03

AFECTIVO

04

RESPECTUOSO

05

PREDECIBLE



REENCUADRE CLÍNICO

REENCUADRE

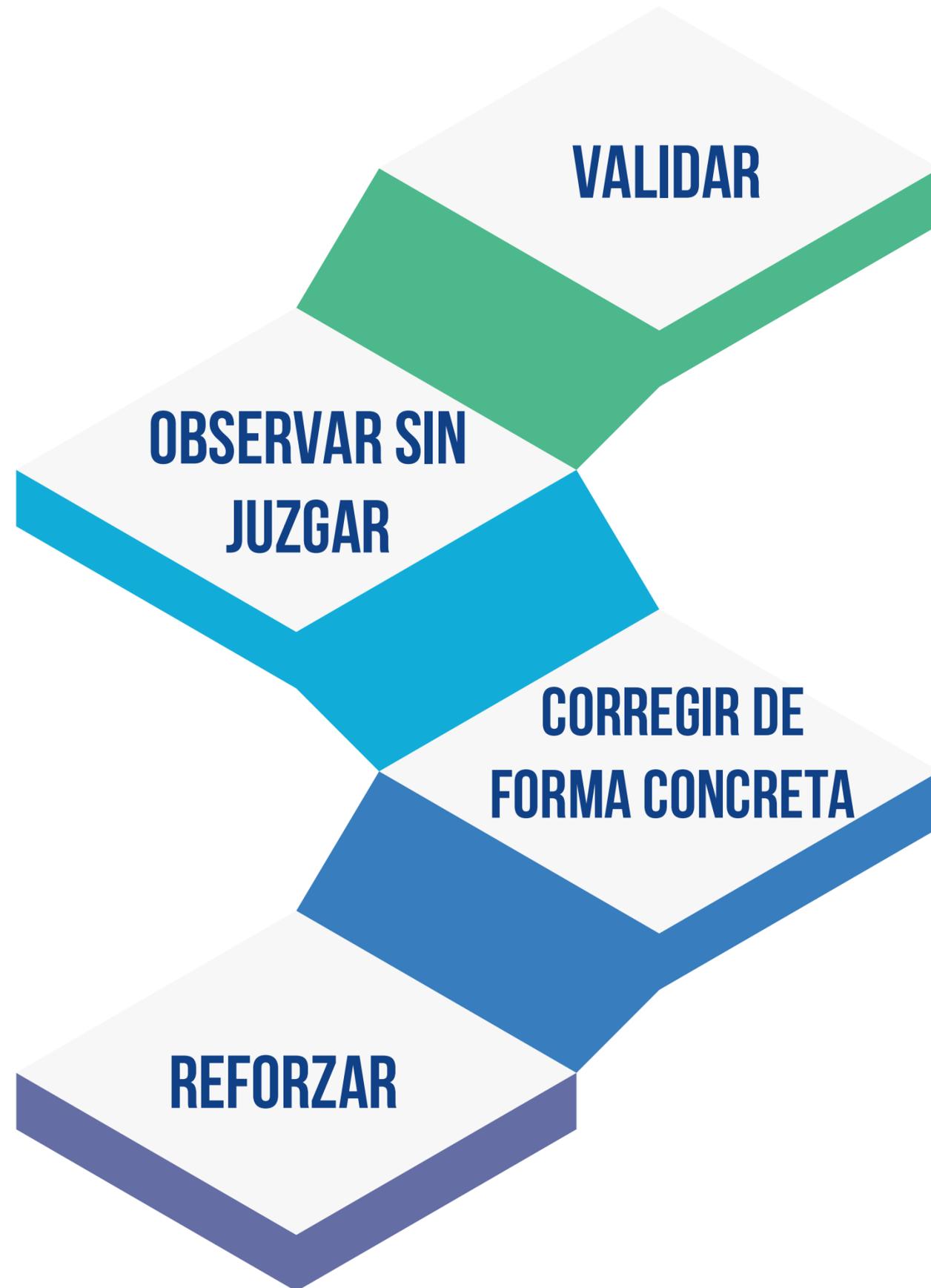


**TRANSFORMAR “ES”
POR:
ESTÁ
NECESITA
LE CUESTA**

MODELADO

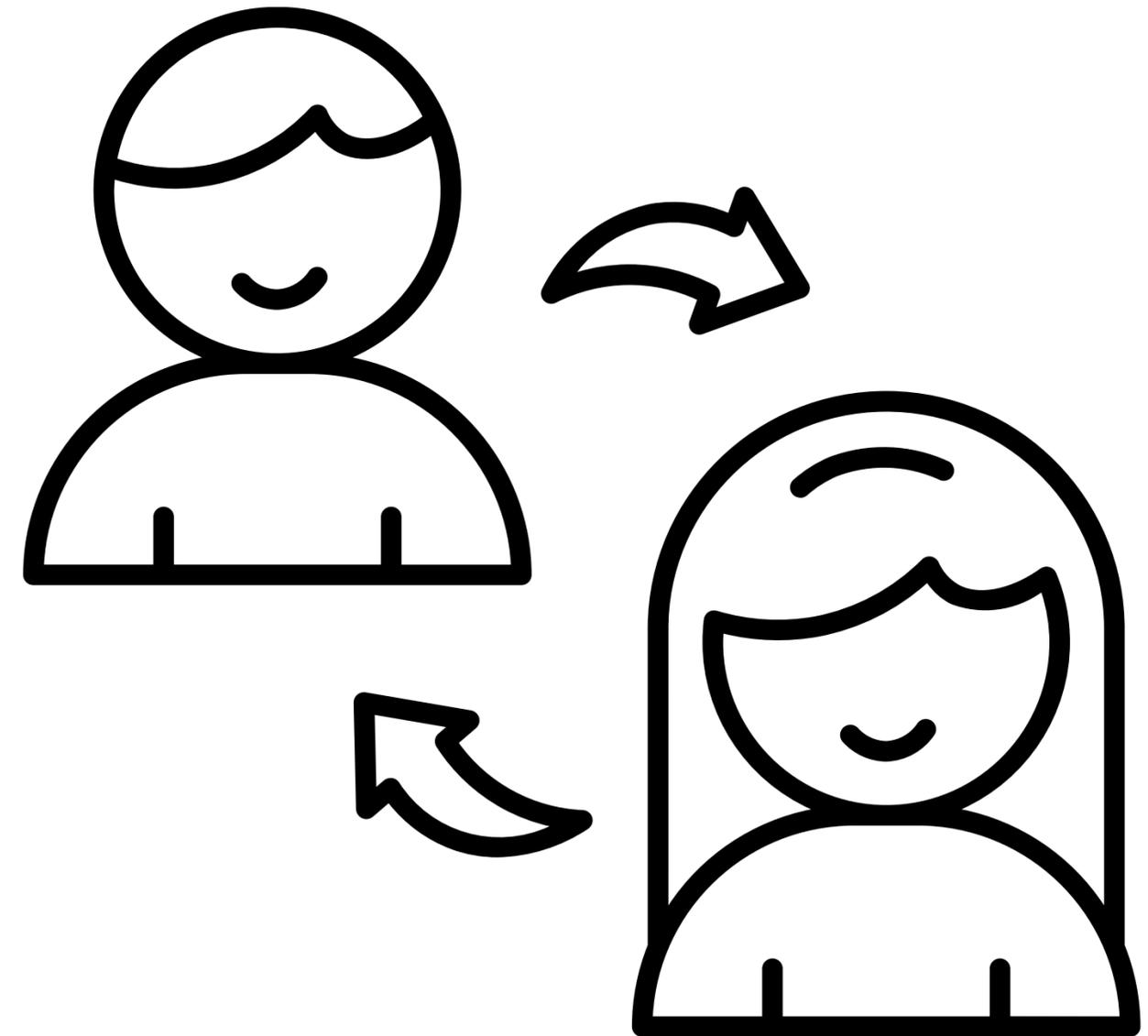


**MODELAR = MOSTRAR
CÓMO SE HACE, CON
CUERPO, VOZ Y PALABRAS**



RETROALIMENTACIÓN EFECTIVA

PRÁCTICA GUIADA



DISEÑO DE UNA SESIÓN CLÍNICA DE ORIENTACIÓN A PADRES





PASOS DE UNA SESIÓN DE ORIENTACIÓN A PADRES

ERRORES QUE DEBEMOS EVITAR



DAR DEMASIADA TEORÍA

CORREGIR MUCHO, VALIDAR POCO

ENFOCARSE EN “LO QUE NO HIZO”

INTENTAR CAMBIAR 20 CONDUCTAS

SATURAR DE ESTRATEGIAS

EJEMPLO

◆ Objetivo de la sesión:

Ayudar al cuidador a:

1. Entender la desregulación desde el cerebro del niño,
2. Acompañar el desborde con un límite afectivo,
3. Crear en casa un “Espacio Tranquilo” como estrategia de co-regulación.



CONCLUSIONES

- **EL CAMBIO EN LA CRIANZA OCURRE EN LA SESIÓN, NO EN LA TEORÍA.**
- **LA CRIANZA RESPETUOSA INTEGRA FIRMEZA, EMPATÍA Y CONEXIÓN.**
- **LA COMUNICACIÓN NO VIOLENTA Y LOS LÍMITES AFECTIVOS ORGANIZAN LA RELACIÓN ADULTO–NIÑO.**
- **EL REENCUADRE Y EL MODELADO CAMBIAN LA MIRADA Y LA RESPUESTA DEL CUIDADOR.**
- **UNA SESIÓN EFECTIVA CON PADRES ES BREVE, ESTRUCTURADA Y CON UN SOLO OBJETIVO.**