

¿No ven que estoy ocupada?



Los Tulbulines
Crianza en familia

Una iniciativa de

popalaz
RED DE PADRES Y MADRES

Creado por

**click+
ciack**
Imaginamos otras formas de aprender

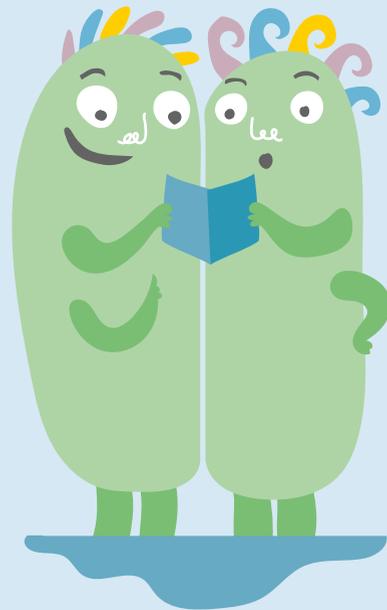
Queridas madres, padres y cuidadores: ¡bienvenidas y bienvenidos al universo de los **tulbulines!**



En **Tulbul**, ¡todo puede pasar! Deja volar tu imaginación para sumergirte en el día a día y las aventuras de las familias tulbulinas. ¡Tal vez encontrarás que tienen mucho en común!

Esta historia es para ti, pero también la puedes disfrutar en compañía de tus niñas y niños. Ya sea que tengan de 3 a 5 años (o menos o más), ¡pueden leer todas las historias en familia! **Usa el audiolibro para acompañar el momento de lectura.**

Sabemos que criar pequeñas y pequeños tulbulines puede ser retador, así que al final de esta cartilla vas a encontrar ideas y actividades prácticas para implementar con tus tulbulines.



Consulta el video de la Línea de atención tulbulín para obtener herramientas e ideas para la crianza.

En el universo de **Tulbul**, algunas palabras terminan en **bul**. En **Tulbul** no hay bananos, sino **bananobules**.

¿Qué otras palabras encuentras tú, dichas en el lenguaje de **Tulbul**?



Para acceder a todos los recursos ingresa a:
tulbulines.redpapaz.org/



¿No ven que estoy ocupada?

Derechos de autor Red PaPaz – 2023

Primera edición, junio 2023

ISBN: 978-958-52372-2-3

Todos los derechos reservados Red PaPaz
Prohibida su reproducción y venta

Esta pieza hace parte de
Los Tulbulines: Crianza en familia
Disponible en:
www.tulbulines.redpapaz.org

Una iniciativa de



RED DE PADRES Y MADRES

Asesores técnicos Red PaPaz

Catalina Suárez Pérez, experta en
crianza y educación positiva
Ana María Restrepo Sáenz, Red PaPaz
Andrey Castiblanco Prieto, Red PaPaz

Creado por



Imaginamos otras formas de aprender

Historia

Verónica Linares

Ilustración y dirección artística

Nicolas Chirokoff

Pautas de crianza

Sofía Molina

Edición y corrección de estilo

Isabela Murillo
Ángela Santamaría

Diagramación

Julieta Cruz

Audiolibro

Juan Sebastián Vargas
Ángela Pico

Video

Juan Manuel Vargas
Nicolas Chirokoff
Juan Sebastián Vargas
Ángela Pico

—Bueno, bueno ¿y ahora por dónde empiezo? —Se preguntó la tía Aurora, quien se había quedado a cargo de sus tres pequeños sobrinos: Anamar, Antuco y Anabela (la tulbulina más pequeña).

En el cuarto había un desorden terrible: la cama patas arriba, ropa sucia y basura tiradas por aquí y por allá. Incluso Moro, el gato, saltaba y dejaba tierra por todas partes.

—¡Lo primero es lo primero! Tienen que bañarse y cambiarse —dijo la tía Aurora.



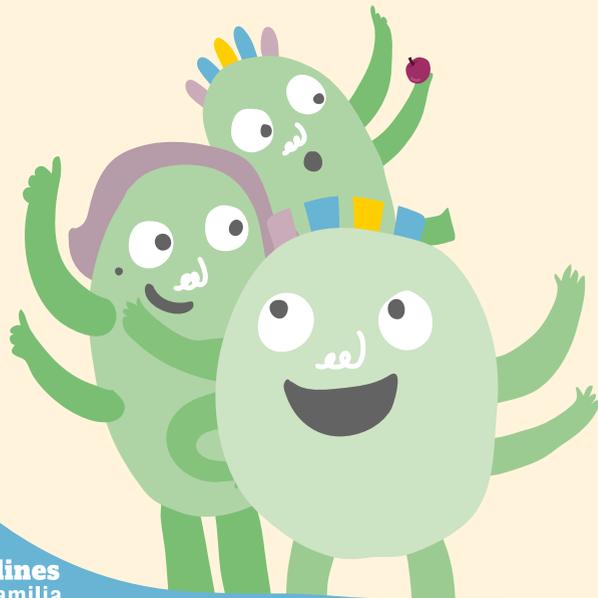
—¡Síiii! —Se entusiasmaron los tres sobrinos.
—¡Yo prepararé el baño! —intervino Anamar,
la que tenía un lunar.

—¡Yo sacaré la ropa! —opinó Antuco, el que
bailaba bambuco.

—¡Yo ta'bién! —dijo a media lengua Anabela,
la que tenía una ciruela.

—¿Qué? ¡Por ningún motivo! —gritó
alborotada la tía Aurora—. ¡Seguro ustedes
dejarán un desastre, tirarán la ropa y se
mojarán! ¡Mejor se quedan sentaditos aquí!
¡Ni se muevan! Yo organizo todo.

Entonces la tía Aurora preparó el baño,
sacó la ropa y luego secó el piso.



Mientras tanto, Anamar había comenzado a peinar a sus hermanos, pero luego también aprovechó para darles unos terribles tirones que los hicieron llorar, sobre todo a la pequeña Anabela.



Los Tulbulines
Crianza en familia

—¡Ya basta, pequeños tulbulines!, ¿no ven que estoy ocupada? ¡Tengo que darles el desayuno y luego tender esa cama! ¡Pero qué horror!
—Se quejó la tía Aurora, con los pelos de punta.

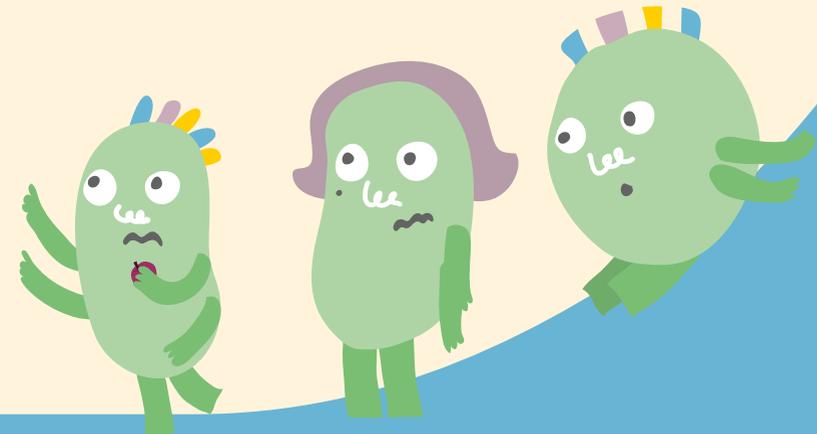
—¡Pero tía, yo puedo poner la mesa! —dijo Anamar, la que tenía un lunar.

—¡Y yo puedo servir la mazamorra! —propuso Antuco, el que bailaba bambuco.

—¡Yo queyo pan! —opinó Anabela, la que tenía una ciruela.

—¿Qué? ¡Por ningún motivo! Seguro romperán la loza, derramarán la mazamorra y botarán el pan al piso. ¡Ustedes se quedan sentaditos aquí! ¡Como estatuas! Yo organizo todo.

Y entonces la tía Aurora puso la mesa y sirvió la mazamorra y el pan.



Mientras tanto, Antuco decidió jugar al lobo lobito lobul con sus hermanos y, como era el lobo, terminó dándoles unos mordiscos que los hizo chillar, sobre todo a la pequeña Anabela que se había asustado con el lobo.

—¡Uy no! —Se alarmó la tía Aurora, con los pelos un poco más de punta—. ¡No puedo creer que se estén peleando! ¡Incluso asustaron a su hermanita! ¿No ven que sigo ocupada? ¡Ahora toca tender la cama y ordenar todo este desastre!

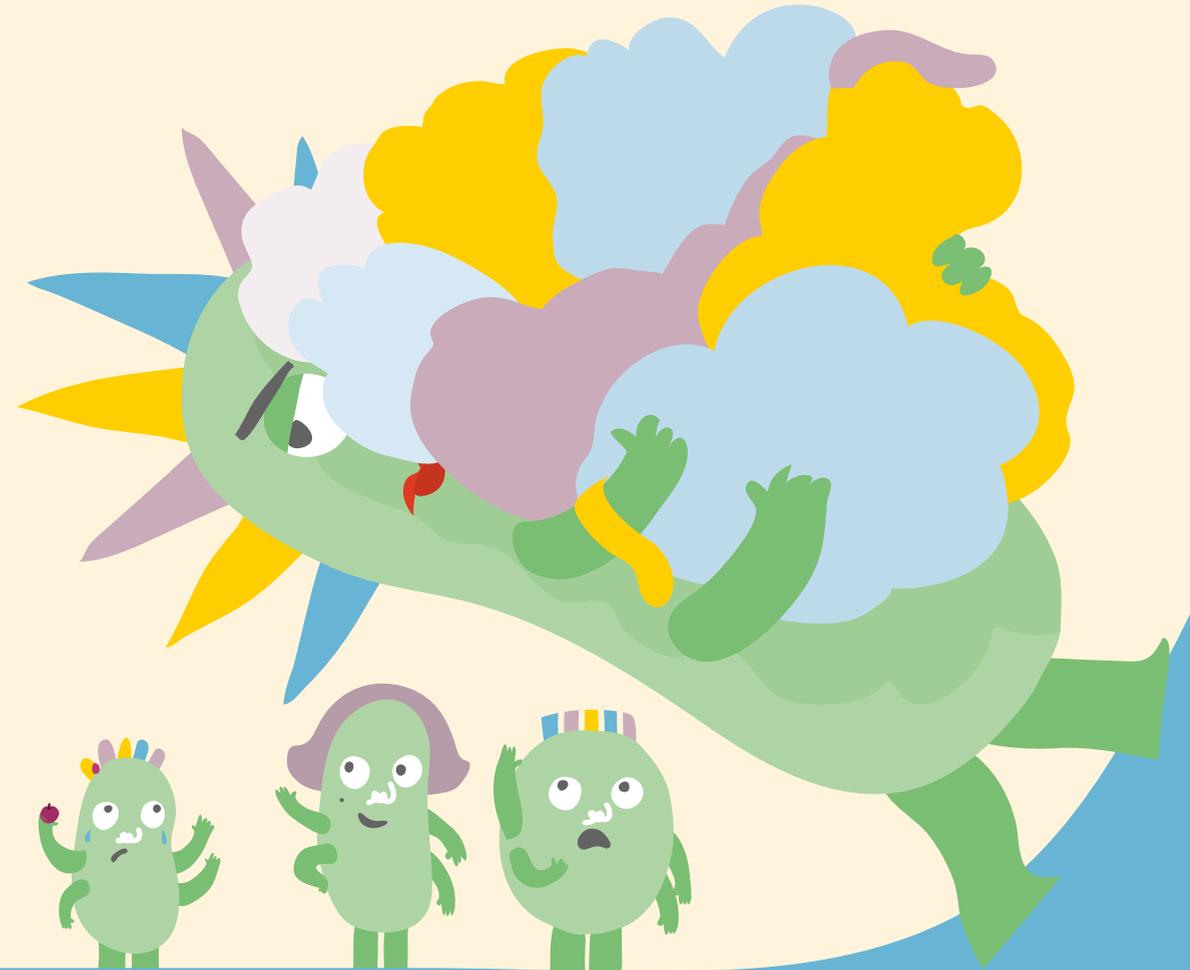
—¡Tía Aurora, yo sé tender la cama! —sugirió Anamar, la que tenía un lunar.

—¡Tía Aurora, yo sé dónde va la ropa sucia! —intervino Antuco, el que bailaba bambuco.

—¡Tía Auyoya, yo boto basuya aquí! —manifestó Anabela, la que tenía una ciruela, mientras señalaba el basurero.

—¿Qué? ¡Por ningún motivo! ¡Seguro olvidarán poner la cobija, tirarán la ropa sucia donde sea y la basura quedará regada por ahí! ¡Mejor se quedan sentaditos aquí, así ni se ensucian!

Y entonces la tía Aurora tendió la cama, ordenó la ropa y botó la basura.



Sin embargo, mientras la tía Aurora hacía todo esto, Anabela decidió jugar con Moro el gato, que justo pasaba con unas medias sucias saltando sobre la cama.

Moro deshizo la cama, se comió un papel, se hizo pis en el piso y los pequeños tulbulines, que también jugaron con el gato, quedaron hechos un desastre y todo terminó patas arriba.



La tía Aurora, con los pelos paradísimos, no supo qué hacer; pero, justo en ese momento, pasó Moro con la cobija de la cama y Anamar la cogió de una punta y de pronto quedó tendida nuevamente en la cama.





Poco a poco los pelos de la tía Aurora comenzaron a volver a su lugar, y le ayudó a Anamar a estirar la cobija.

—Anamar, veo que sí sabes poner la cobija en la cama. Mira, yo te ayudo un poco más —dijo la tía Aurora con voz suave, y la cama quedó perfecta.

En ese momento, el travieso Moro se trepó al fregadero y Antuco logró atrapar un trapo que estaba por volar y comenzó a limpiar.

—Antuco, veo que tú sabes limpiar muy bien. Mira, yo te ayudo un poco, te falta esta parte —intervino tía Aurora con una sonrisa leve.

Cuando estaban terminando, Anabela le quitó a Moro las medias que había cogido y empezó a jugar con ellas.

—¡Anabela, tengo una idea! Mira, yo te enseño y te ayudo a doblarlas. ¿Puedes hacerlo como yo? —preguntó la tía Aurora con ojos bonachones, y Anabela trató de imitarla.

Más tarde, cuando papá llegó a recoger a los pequeños tulbulines, los encontró ayudando a la tía Aurora a hacer una torta de bananobules.

—¡Vaya!, pero ¡estos tulbulines sí colaboran! ¿Cómo hiciste? —Se impresionó papá al verlos.

—¡No lo sé! —respondió la tía Aurora con harina por todas partes—. Y no sabes, Anamar me dibujó un lunar, Antuco me bailó un bambuco y Anabela me regaló su ciruela.



¡Invítalos a **participar!**

¡Tus tulbulines necesitan sentirse importantes, competentes y reconocidos por ti!

Una forma de lograrlo es brindarles oportunidades para colaborar en las actividades cotidianas de la casa.

¿Notaste que Anamar, Antuco y Anabela querían ayudar a su tía pero ella no se los permitió en un inicio?

Bueno, entre los 3 y 5 años, las y los tulbulines están desarrollando su capacidad de tomar decisiones y de hacer cosas por sí mismos. **¡Permitirles participar en las actividades del hogar contribuye a que se sientan capaces y valorados, lo cual fortalece su autoestima y su sentido de identidad!**



Quando los tulbulines no se sienten valorados en su entorno, pueden gritar, aislarse, oponerse, entre otros. Estos comportamientos son mecanismos para sentir que pertenecen y son importantes para sus cuidadores, o para protegerse ante situaciones difíciles.

¿Sabías que...?

Nuestro cerebro se estimula a través de las interacciones sociales que tenemos con otros. Por eso, el cerebro de los tulbulines busca constantemente satisfacer sus necesidades sociales, ya que de esta forma asegura su supervivencia, desarrollo y aprendizaje.

¡Invítalos a **participar!**

¿Qué podemos hacer?

Reconocer la necesidad detrás de la conducta

La próxima vez que tu tulbulín tenga un comportamiento difícil, primero intenta identificar la necesidad desatendida: puede ser fisiológica (hambre, sueño, cansancio) o social. **Al atender la necesidad detrás de un comportamiento lograrás satisfacerla; de esta forma podrías prevenir que el comportamiento se repita.**

A continuación podrás ver las necesidades sociales básicas de tu tulbulín para aprender a reconocerlas.

Importante: una misma conducta puede hacer referencia a cualquiera de las 4 necesidades sociales.

Necesidad social

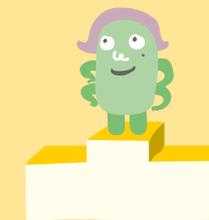


Afecto: necesidad de recibir amor, cariño y apoyo.

¿Cómo reconocerla?

Si has pasado varias horas sin interactuar con tu tulbulín, **quizá necesita conexión.**

Necesidad social



Reconocimiento: necesidad de sentirse competente y capaz.

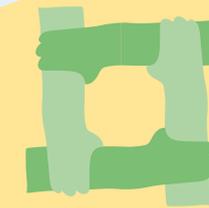
¿Cómo reconocerla?

Si se le ha negado la posibilidad de realizar una tarea por sí mismo, **quizá necesita sentirse capaz.**



Control: necesidad de sentir control y autonomía en su vida.

Si tu tulbulín te lleva la contraria, **quizá necesita autonomía y que le des opciones** (sin ceder los límites).



Colaboración: necesidad de trabajar y jugar con otros.

Si no se le ha involucrado en actividades comunes, **quizá necesita sentir que puede colaborar.**

Actividades para hacer en **c a s a**:

1. Más conexión (satisfacer necesidad de afecto)

Demuestra afecto de manera regular a través de abrazos, besos y palabras de aliento.

¿Qué tal si te inventas un saludo secreto con tu tulbulín? ¡Puedes usarlo cada vez que lo veas o te vayas a despedir!



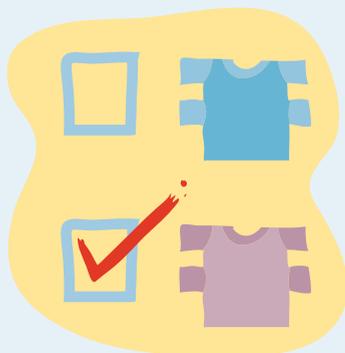
3. Permite que te ayude en casa (satisfacer necesidad de competencia)

¡Tu tulbulín puede ayudarte con tareas del hogar! Esto, además, le ayudará a sentirse competente. Pueden definir las tareas en las que va a ayudar durante la semana y luego ponerlas en un tablero visual.

Eso sí, asegúrate de que las tareas y responsabilidades sean seguras y apropiadas para su edad y habilidades.



2. Dar opciones (satisfacer necesidad de control)



Proponle a tu tulbulín escoger entre dos opciones —que estén alineadas con lo que esperas de él o ella y con lo que él o ella necesita— cuando tengan que realizar alguna tarea.

Por ejemplo: ¿quieres vestirme hoy con camisa roja o azul?



4. Enfoque en soluciones (satisfacer necesidad de colaboración)

¡Permítele a tu tulbulín participar en la búsqueda de soluciones! Cuando se presente un problema

Por ejemplo: hay basura en el lugar

invítale a que te ayude a pensar cómo pueden solucionarlo juntos. Prueba hacerle preguntas abiertas y permítele llegar a una respuesta.

Por ejemplo: ¿qué crees que hay que hacer?

¿Te cuesta dejar que tus tulbulines colaboren en actividades como las del hogar?

¿Alguna vez te has preguntado por qué tu tulbulín se comporta de ciertas maneras?

¿Sabías que los tulbulines tienen **necesidades sociales**?

Para más ideas sobre cómo fomentar la colaboración de tu tulbulín, **¡ingresa a tulbulines.redpapaz.org o escanea el QR** para ver el video de la Línea de atención tulbulín!



¡Escanea el QR para más ideas sobre cómo fomentar la colaboración de tu tulbulín!



Los Tulbulines

Crianza en familia

Una iniciativa de



Creado por

