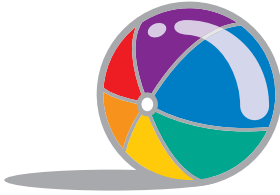


RELATIONSHIP builders



RELATIONSHIP builders



Fecha Completada

1 ¡Muy Bien!

2 Explicalo con Tus
Propias Palabras

3 ¡Gracias!

4 Cita para Jugar

5 ¿Hola?

Nombre

Actividades para ayudar a que su hijo desarrolle una visión positiva de sí mismo y la capacidad de interactuar con los demás.

Fecha Completada

6

Juego de la Memoria

7

Mira y Aprende

8

Te Escucho

9

Puedo Ayudar

10

¡Soy Un Buen Amigo!

★

¡Felicitaciones!

¡Muy Bien!

Sorprenda a su hijo haciendo algo bien y encuentre la manera de hacerle saber que está orgulloso de él! Por ejemplo, puede tener un plato especial que use únicamente para esas ocasiones especiales cuando hizo las cosas “¡muy bien!”. Sírvale el almuerzo o la cena a su hijo en su plato especial cuando haya hecho algo que amerite una celebración. ○ tenga etiquetas adhesivas especiales para colocarle cuando haya hecho algo bien. Por ejemplo, si su hijo está jugando con mucho cuidado con el bebé, dígame: **Estás jugando muy bien con el bebé. ¡Esta noche te toca el plato especial por hacer las cosas “muy bien con el bebé”!** o **¡Ahora te daré una etiqueta de “muy bien”!**. Asegúrese de decirle qué fue lo que hizo bien, ya sea el hecho de compartir, ser amable, juntar los juguetes o escribir su nombre.

Desafío: Haga que su hijo sea la persona que “sorprenda” a los demás haciendo las cosas muy bien. Enséñele a decirles a los demás que reconoce su amabilidad, amistad o habilidades.

Recompensar el buen comportamiento de su hijo, o festejar cuando hace bien las cosas le ayuda a aprender acerca de las acciones positivas y estimula su confianza en sus propias habilidades.



Explícalo con Tus Propias Palabras

Habrán ocasiones en las que su hijo se sienta frustrado o enojado por algo y dé golpes o patadas para llamar la atención. Debe aprender que eso no está bien. Dígale a su hijo que no debe dar golpes, patadas ni morder y pídale que use “sus propias palabras”. Dele ejemplos de cómo hablar de lo que siente o quiere. Por ejemplo: **Katie, no está bien dar golpes. Mejor, usa tus palabras. ¿Estás enojada? Dígale: “estoy enojada”. ¿Por qué estás enojada? ¿Estás enojada porque querías ese juguete? Dígale: “quería ese juguete y ella me lo quitó”.** Hable con su hijo y ayúdelo a expresar sus sentimientos y a encontrar una solución (turnarse, buscar otro juguete).

Desafío: A su hijo puede llevarle mucho tiempo comprender que debe expresarse con palabras, pero puede enseñarle con su propio ejemplo, y mostrarle que puede encontrar otra solución si se expresa con palabras. Cuando vea que usa sus palabras sin que usted se lo recuerde, dígale lo orgulloso o orgullosa que está de él y piense en alguna manera especial de estimular este buen comportamiento.

Su hijo está aprendiendo a relacionarse con los demás y a usar palabras adecuadas en vez de acciones inapropiadas.



¡Gracias!

La próxima vez que su hijo reciba un regalo de un amigo o familiar, ayúdelo a hacer y enviar una nota de agradecimiento. Puede colorear un pedazo de papel doblado para formar una tarjeta. Usted puede escribir las propias palabras de su hijo en la parte interior o puede hacerlo su hijo mismo. Recuérdele decir **Gracias** y aliéntelo a decirle a la persona que le hizo el regalo algo que le gustó del regalo. Muéstrelle cómo le pone la dirección a la carta y deje que su hijo le coloque la estampilla postal.

Desafío: Haga que su hijo se dibuje a sí mismo con el regalo en el frente de la tarjeta.

Su hijo está aprendiendo a decir "Gracias" cuando alguien hace algo bueno por él.

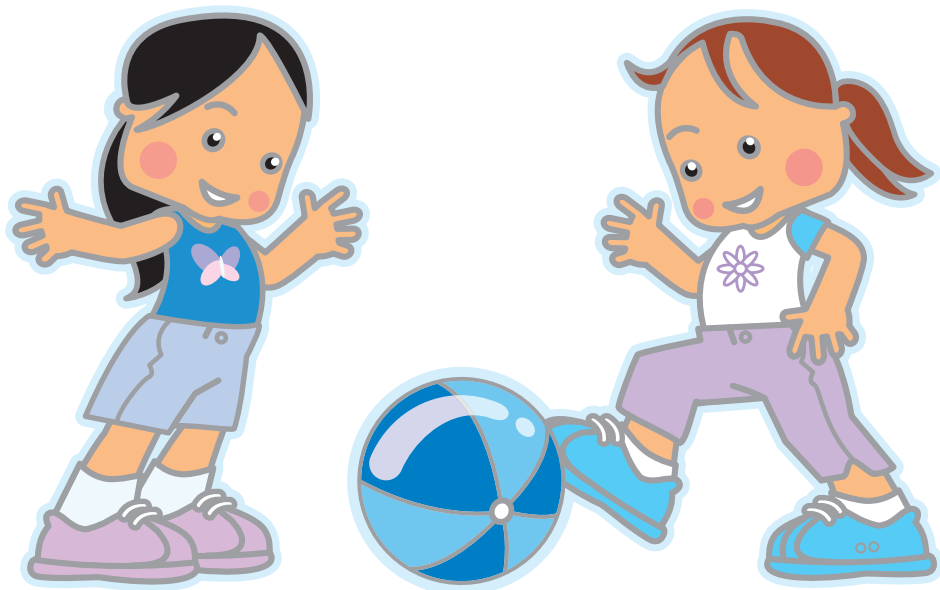


Cita para Jugar

Establezca un tiempo regular cada semana o cada mes para una "cita para jugar" entre su hijo y uno de sus amigos. Tener un momento para jugar en forma regular fortalecerá su amistad. ¡Su hijo comenzará a esperar con ansias la cita regular!

Desafío: Haga que su hijo planifique un juego o una actividad para la cita para jugar.

Su hijo está aprendiendo a contar con la visita de un amigo. Está aprendiendo a hacer planes para mantener su amistad, pero es posible que necesite algo de ayuda para lograrlo.



¿Hola?

El teléfono e Internet son excelentes maneras de estar en contacto con amigos y familiares. Aliente a su hijo a que comparta los acontecimientos de su vida con estas herramientas. Puede decirle algo así como: **¿Te gustaría llamar a abuelita y contarle sobre el día que pasaste en el parque? ¡Estoy segura de que le encantará escucharlo!** Haga que su hijo marque el número de teléfono, diga su nombre y pregunte: **¿Está abuelita?** Mucha gente también tiene acceso a Internet y una dirección de correo electrónico. Puede escribir las palabras que su hijo quiera decir. ¡Es una excelente forma de estar en contacto!

Desafío: Establezca una hora de la semana o del mes para llamar a un amigo cercano o familiar. Ayude a su hijo a llevar una lista de cosas para contar.

Su hijo está aprendiendo la habilidad social de la conversación, incluido escuchar, compartir información, hacer y contestar preguntas.



Juego de la Memoria

Tome una bandeja de la cocina o la tapa de una caja que pueda contener varios objetos a simple vista. Busque cinco juguetes u objetos con los que su hijo esté familiarizado. Por ejemplo, coloque en la bandeja una crayola, un juego de llaves, una manzana, un auto de juguete y una cuchara. Muéstrela a su hijo todos los juguetes y dígame que quitará un objeto mientras él no mira, y déjelo adivinar cuál es. Deje que mire todos los juguetes que hay en la bandeja durante un minuto. Luego dígame que se cubra los ojos o que mire hacia otro lado mientras retira un objeto. Esconda el objeto detrás de su espalda y deje que mire nuevamente la bandeja. Observe si puede adivinar cuál es el objeto que usted quitó. Puede hacer que este juego sea más difícil si utiliza más objetos. Deje que su hijo coloque varios objetos en la bandeja y juegue con él adivinando cuál es el objeto que él quitó.

Desafío: ¡Retire más de un objeto para que su hijo adivine! Vea si puede recordar dos o tres objetos faltantes al mismo tiempo.

Su hijo está aprendiendo habilidades sociales mientras aprende a jugar con usted, siguiendo reglas y esperando su turno. Adivinar el objeto correcto que usted quita, estimula su confianza en sí mismo.





Mira y Aprende

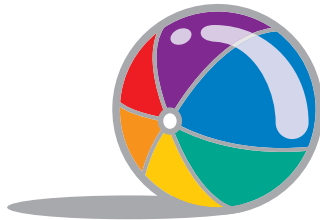
Recuerde que su hijo está aprendiendo acerca de las relaciones mirándolo interactuar con los demás. Intente establecer hábitos saludables cuando esté cerca. Expresé cómo se siente, incluso cuando esté molesto. Por ejemplo, puede decir algo como,

Estoy muy enojado porque Roberto no ha llegado. A pesar de que estoy molesto, él es mi amigo. Le pediré que intente llegar a tiempo la próxima vez.

Si tiene problemas para llevarse bien con algún integrante de su familia, y parece no poder resolverlo, considere visitar a un asesor profesional para que le dé algunas ideas. Para mayor información sobre servicios gratuitos o de bajo costo, puede llamar a línea de información Info Link del Condado de Orange al 1-888-600-4357.

Desafío: La próxima vez que su hijo esté enojado, pídale que le explique cómo se siente y que busque por lo menos dos soluciones que lo harían sentir mejor.

Su hijo está aprendiendo la importancia de expresar sus sentimientos y buscar soluciones.



7

Te Escucho

Cuando su hijo le hable, intente hacer contacto visual y muéstrele que realmente está escuchando lo que le dice. Hágale preguntas para ayudarlo a contar su historia, cómo

¿Y luego qué pasó? o

¿Qué dijo?.

Hágale saber que está interesada en sus ideas y que sus sentimientos son importantes para usted, respondiendo frases como,

Eso debe haberte dolido o

¡Pareces entusiasmado con eso!

Desafío: Cuando su hijo cuente una buena historia, pídale que se la repita a alguien más. Comience con una frase como, **¡Esa es una historia genial!**

¡Creo que a Papá también le gustaría oír esto!

Su hijo está aprendiendo a expresarse. También está aprendiendo que es una persona muy importante con ideas valiosas para compartir.



Puedo Ayudar

Busque formas en que su hijo pueda ayudarlo a usted o a otras personas cercanas. Felicítelo por su trabajo y dígale algo como, **¡Eres muy amable!**

Muchas gracias por... ¡A esta edad, su hijo tiene muchas habilidades muy útiles! Puede transportar objetos, encontrar objetos, ordenar, poner la mesa y ayudar con tareas simples en el hogar.

Desafío: Piense en trabajos simples que su hijo puede hacer para ayudar en el hogar, como alimentar al gato, poner la mesa o recoger los juguetes del bebé. ¡Hágale saber lo mucho que ayuda a la familia cuando él colabora!

Su hijo está aprendiendo a trabajar en equipo. Está aprendiendo que es un integrante valioso y útil de la familia.

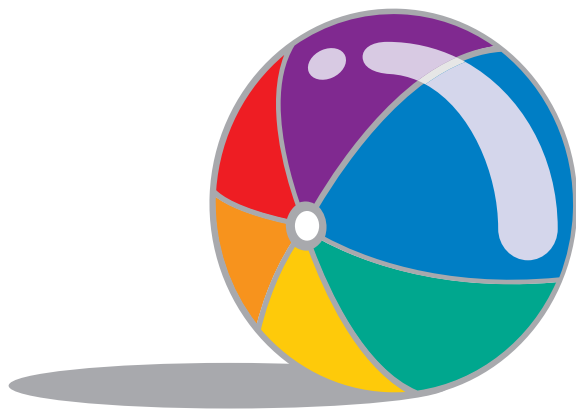


¡Soy un Buen Amigo!

Hable con su hijo acerca de lo que significa ser un buen amigo. Pregúntele qué hacen y cómo actúan los buenos amigos. Preste atención cuando juega con otro niño y reconozca cuándo se comporta como un buen amigo. Por ejemplo, dígame algo como, **Vi que le dabas a Tomás tu cubo para que lo usara. ¡Eres un muy buen amigo por compartir tus juguetes!**

Desafío: Cuando su hijo tenga problemas con otro niño, pídale que piense en cómo puede ser un buen amigo. Pídale que piense qué no le gusta acerca de la forma en que actúa el otro niño, y cómo va a manejar la situación.

Su hijo está aprendiendo que ser un buen amigo significa actuar de modo cordial y generoso. Está aprendiendo a pensar en cómo actúa con los demás niños.



Notas