

¡ASÍ SE FORTALECERÁ MI NIÑO EMOCIONALMENTE!

¿CÓMO PUEDO AYUDARLO PARA QUE LO LOGRE?



¡TODOS PODÉIS AYUDARME A SER EMOCIONALMENTE FUERTE!

Ser emocionalmente fuerte significa estar psíquicamente sano. Si mi niño se siente bien psíquica y físicamente, se podrá desarrollar correctamente. Mi niño aprende cosas nuevas cada día. En ocasiones, también pasa por situaciones difíciles. Si mi niño es emocionalmente fuerte, se podrá enfrentar a los problemas con mayor facilidad.

La inteligencia emocional se manifiesta de forma distinta según la edad, a saber:

- Mi hijo juega de forma despreocupada (en mi presencia/ en presencia de una persona de referencia).
- Mi hijo es curioso y abierto.
- Mi hijo es capaz de esperar un momento.
- Mi hijo es capaz de perseguir algunos objetivos propios.
- Mi niño es creativo: pinta, hace música o manualidades.

Mi niño puede hacer ya muchas cosas por sí mismo solo. Por ejemplo: los bebés y los niños pequeños pueden entablar relaciones estrechas con otras personas. Los niños pequeños, a veces, pueden regular sus emociones por sí mismos. Junto a sus padres, a sus hermanos y a otras personas, mi niño se volverá emocionalmente más fuerte.

Estar presente

Mi niño debe sentirse seguro. Por eso, siempre procuro que esté rodeado de personas conocidas. Yo sé lo que mi niño necesita. Me ocupo de mi niño.



Mostrar alegría

Le demuestro a mi niño que me gusta estar con él. Me intereso por lo que hace. Así, mi niño sabe que es valioso.



Hablar con él

Posiblemente, mi niño todavía no entiende lo que digo. De todos modos, hablo con él. Estoy atento a los sentimientos que demuestra. Por ejemplo, me fijo en la expresión de su rostro. Presto atención a los sonidos que hace y le respondo.



Consuelo

Cuando mi niño llora, lo consuelo. Puedo tranquilizarlo cuando le hablo, lo acaricio o lo abrazo. Y cuando lo mezo en mis brazos.



Explicar cosas

Le explico a mi niño las cosas importantes y sencillas que ocurren alrededor. Le describo lo que hago y lo que siento.



Encontrarse con otras personas

Me relaciono con otras personas. Procuro que mi niño se encuentre con otros niños y adultos. Estoy presente cuando mi niño me necesita.



Jugar

Jugar es importante. Cuando mi niño juega, descubre el mundo y se descubre a sí mismo. Por eso me ocupo de que mi niño pueda jugar en un ambiente seguro y estimulante de acuerdo a su desarrollo. A veces juego con él.



Probar por sí mismo

Mi niño puede probar cosas por sí mismo. Puede tener sus propias experiencias. Le explico de manera clara y comprensible lo que puede hacer y lo que no debe hacer.



Sentirse bien en su propio cuerpo

Me ocupo de que mi niño se sienta bien en su cuerpo. Por eso, me ocupo de su higiene, me cerciuro de que se vista cómodamente, se mueva lo suficiente y pase tiempo al aire libre. Le doy a mi niño alimentos sanos que le gustan.

Ayudarse mutuamente

Para que mi niño esté bien, yo también tengo que estar bien. Me aseguro de poder descansar y me permito tiempo para ocuparme de mis necesidades. Pido a otras personas que me ayuden siempre que lo necesito.

Descansar

Mi niño vive muchas cosas nuevas cada día. Por eso necesita descanso. Me ocupo de que mi niño pueda dormir y descansar. Me ocupo de que haga pausas durante su día.



Acompañarlo y participar

Mi niño debe saber que forma parte de un grupo de diferentes niños y adultos. A donde quiera que yo vaya, mi niño puede venir conmigo y participar. Aunque me reúna con otras personas, siempre presto atención a mi niño.