

Una Crianza positiva para Nuestros Bebés

Los bebés

Peel Children's Aid cree que ningún bebé debe ser golpeado, sacudido o regañado.

A esta altura de su desarrollo, sacudir o golpear a un bebé puede causar un daño serio. Aún lanzar a un bebé al aire jugando puede causar daño. El cuello de un bebé es débil, y sacudirlo puede resultar en daño cerebral o muerte.

Los bebés no pueden entender las consecuencias de su conducta en esta etapa de su desarrollo. Disciplinarlos no es apropiado en esta etapa del desarrollo del niño.

Los bebés son muy pequeños para comprender límites y normas.

Construir relaciones

Antes de que usted pueda abordar problemas de disciplina con su hijo, usted tiene que construir una relación de amor y de confianza.

La primera infancia es el mejor momento para construir una relación con su bebé.

Fomente en su hijo la confianza en usted. Muéstrole amor y afecto. Abrácelo, hablele y cántele una canción a su bebé.

Establecer una rutina

Las rutinas diarias ayudan a los bebés (y a los niños de todas las edades) a sentirse seguros y salvos.

Las rutinas diarias tales como comer, dormir y jugar ayudan a calmar al niño.

Un bebé que llora

Responda al llanto de su bebé. Los bebés lloran para comunicar sus necesidades tales como comida, consuelo o un pañal limpio.

Si usted no logra descubrir la razón por la que llora el bebé, usted puede sentirse frustrado y hasta enojado.

Aún los mejores padres pueden sentir que pierden el control cuando un bebé llora demasiado.

Es importante que usted mantenga el control. Si usted siente que está enojándose, deje al bebé en algún lugar seguro como su cuna. Cierre la puerta por algunos minutos y relájese. Tal vez pueda hacerse un té. Luego de unos minutos usted se sentirá más calmado y listo para consolar a su bebé que llora.

La etapa de planificación

Use esta etapa para pensar en las metas disciplinarias para cuando su hijo sea más grande.

El propósito de la disciplina es enseñarles a los niños acerca de las normas y valores de nuestra sociedad y ayudarlos a que lleguen a ser auto-disciplinados para que sean adultos felices y responsables.

Piense en los tipos de técnicas disciplinarias que usted usará y conózcalas más, como por ejemplo time-outs (tiempo para pensar).

Piense cómo va a usar la valoración positiva y un lenguaje positivo para alentar a sus hijos y cómo evitar usar palabras que hieran la auto-estima del niño.

Conózcase a usted mismo y a los disparadores de su enojo.

Es difícil mantenerse calmo todo el tiempo.

Aún los padres con mejores intenciones pueden sentirse abrumados, frustrados y enojados algunas veces.

Ser buen padre comienza con mantener el control de sus propios sentimientos.

Tómese tiempo para reconocer los momentos o las situaciones que disparan su enojo.

Identifique las situaciones de alto estrés y busque caminos para aliviar la presión.

Aprenda a reconocer pronto su enojo.

Háblese a sí mismo. Encuentre una frase que lo ayude a recuperar el auto control.

Dese tiempo para pensar y tómese unos minutos para esclarecer su mente y pensar claramente.

Consiga ayuda. Esto no siempre es fácil. Es difícil admitir que necesitamos ayuda con nuestras emociones y/o con nuestra capacidad como padres. Pero solicitar apoyo no quiere decir que usted sea un mal padre. Quiere decir que usted ama a su hijo y quiere darle a él o ella la mejor crianza posible.

Recursos para padres

Ser padre es el trabajo más importante que usted tendrá. A algunos padres les gusta encontrarse con otros padres, capacitarse, mantenerse al tanto de lo más avanzado en consejos para padres, y algunos necesitan ayuda.

Para averiguar más sobre los recursos de los que usted dispone, contáctese con el centro sanitario local o pregúntele a su médico sobre grupos y recursos en su zona. O llame a la línea de ayuda para padres al 1- 888- 603- 9100 o a Peel Children's Aid (Centro de ayuda a los niños de Peel).

Este folleto ha sido producido con información de "Child Welfare League of Canada" (Liga para el Bienestar de los Niños de Canadá) y "Parenting for Life" (Ser padres para la vida), con el apoyo de The Psychology Foundation of Canada (La fundación de psicología de Canadá) y de Kodak Canadá.