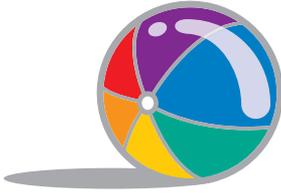


Bebe

RELATIONSHIP builders



RELATIONSHIP builders



Fecha Completada

1 ¿Qué Dijiste?

2 Aquí Estoy

3 Mimos

4 Mi Conversación

5 Juegos de Bebé

Nombre

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

Fecha Completada

6

¡Estoy Muy Feliz de Verte!

7

Juego con Manos y Dedos

8

Libro Familiar

9

¿Quién Viene de Visita?

10

Hola Parque, Adiós Parque

★

¡Felicitaciones!

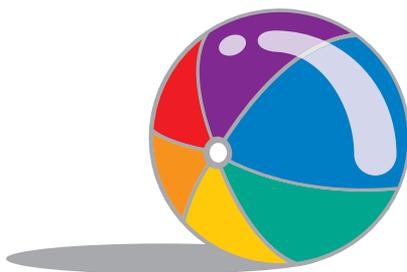
¿Qué Dijiste?

Cuando su bebe comienza a hacer ruidos, es una excelente oportunidad para hacerle saber que lo oye y que lo está escuchando. De hecho, ¡es bueno usar el “lenguaje de bebé” al hablar con él! Cuando haga un ruido, repítale el ruido. Si resopla o hace sonidos guturales, repítale los mismos sonidos. Si produce sonidos más alfabéticos como:

da, da, da,

repítale esos sonidos. Después de jugar así por un rato, fíjese si imita un sonido que usted haga, ya sea uno de los ruidos que él hizo o uno nuevo que usted haya inventado.

Repetir los sonidos que produce su bebé, le hace saber que usted lo está escuchando y que le responderá. Le enseña que puede comunicarse con usted. Usar el “lenguaje de bebé” llama su atención y es el comienzo de la conversación.



Aquí Estoy

Su bebé necesita su constante atención y apoyo. Dado que todavía no sabe hablar, el bebé emitirá sonidos y hará gestos para hacerle saber que necesita ayuda.

Cuando lo escuche llorar o vea que está molesto, intente responderle tan pronto como sea posible. Aun cuando sepa que no está en peligro, es importante que vaya de inmediato hacia él. Obviamente, en algunas ocasiones, no podrá hacerlo, pero la mayoría de las veces, podrá dejar de lado lo que esté haciendo (una llamada telefónica, lavar los platos, darle de comer al perro). ¡Su bebé depende de su ayuda y consuelo!

Su bebé está aprendiendo que responderán a sus necesidades. Está aprendiendo que usted es un ser con el que puede contar. Esto lo ayudará a confiar en los demás y en sí mismo a medida que crezca. Mientras antes responda, más seguro se sentirá el bebé y disminuirá su necesidad de llorar para llamar la atención.



Mimos

Busque un momento de cada día para abrazar, mimar y hablarle a su bebé. Si hace calor, sólo colóquelo el pañal para que pueda sentir cuando lo acarician. Frótle la espalda delicadamente y acarícielo los brazos y las piernas. Bésele las mejillas y dígame que lo quiere. Arrúllelo, cántele, léale y hable con él. Dele muchas oportunidades para responder. Este afecto será una fuente de consuelo para él y cuando piense en usted, pensará en dulzura y amor.

¡Su bebé necesita que lo acaricien y mimen! Esta demostración de afecto le enseña a confiar en los adultos que lo quieren y le ayuda a ser consciente de su cuerpo.

Hablar con su bebé es una forma natural de ayudarlo a aprender acerca de las relaciones.



Mi Conversación

Enséñele a su bebé su propio conjunto de señas y enséñele a responder preguntas. Por ejemplo, pregúntele:

¿Que tan grande es Juan?

Luego diga:

¡Juan es MUY GRANDE!

y levante sus brazos sobre su cabeza en dirección al cielo. Vuelva a hacer la misma pregunta y, con suavidad, ayude a su bebé a levantar las manos sobre la cabeza. Después de varias veces, su bebé habrá aprendido la pregunta y las señas que la acompañan. Puede inventar todo tipo de señas, para cosas como:

Quiero comer.

Ya terminé.

Quiero más.

Y No, gracias.

Si tiene la posibilidad, en vez de inventar su propio lenguaje de señas, puede aprender y usar un lenguaje de señas estándar con su bebé.

Su bebé está adquiriendo confianza para hablar con usted y comunicar sus necesidades y sentimientos.



Juegos de Bebé

Invite a jugar a su casa a un amigo o familiar que tenga un bebé. Es mejor si los bebés tienen más de tres meses y asegúrese de que ambos bebés estén sanos! Coloque a su bebé y a su nuevo amiguito sobre una manta suave boca abajo o sentados cara a cara. Siéntese cerca, pero déjelos interactuar sin participar demasiado. (Usted estará ahí para asegurarse de que no se jalen del pelo accidentalmente, ni se metan los dedos en los ojos por curiosidad). Deje que los bebés se miren, se toquen y gateen hacia donde está el otro. ¡Verá que se interesan especialmente en las manos y pies del otro!

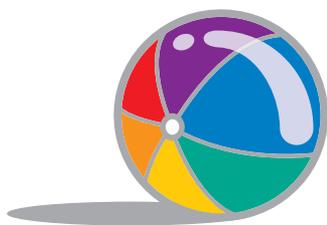
A los bebés les encanta mirar a otros bebés. ¡Les interesa tanto como un nuevo juguete! Con el tiempo, ¡estos contactos en edad temprana pueden convertirse en verdaderas amistades!



¡Estoy Muy Feliz de Verte!

Todos los días, tendrá muchas posibilidades de entrar en la habitación de su bebé y tener contacto visual con él. Ya sea al despertar por la mañana o después de una siesta o cuando usted llegue a casa después del trabajo o de una salida, su bebé estará esperando una reacción suya. Use gestos y la voz para hacerle saber lo mucho que lo quiere y lo feliz que está de verlo. Mírelo a los ojos, sonríale y dígame: ¡Hola! Pase unos minutos hablando con él y prestándole toda su atención. ¡El bebé notará lo importante que usted es para él y lo especial que es él!

Su bebé aprende acerca de sí mismo interactuando con los seres que lo quieren. Cuando usted sonrío y se muestra contento de ver a su bebé, fortalece el vínculo que hay entre ustedes y le enseña cómo expresar su amor.





Juego con Manos y Dedos

S iéntese con el bebé sobre su regazo de modo que pueda ayudarlo a mover las manos y los dedos. Haga los movimientos de una rima para la que necesite las manos y los dedos como “tengo manita, no tengo manita...” o sólo use movimientos simples mientras habla y hágale aplaudir con sus manos.

Clap, Clap, Clap,

Puede inventar una canción para que acompañe los movimientos, haciendo aplaudir al bebé, girando las manos una alrededor de la otra

Vuelta, Vuelta, Vuelta,

o dando palmaditas en su barriguita

Pam, Pam, Pam

y así sucesivamente. Repita el mismo juego con las manos y con los dedos varias veces. A medida que crezca, comenzará a hacer los movimientos él solo.

Jugar con su bebé lo estimula a aprender a interactuar con personas.



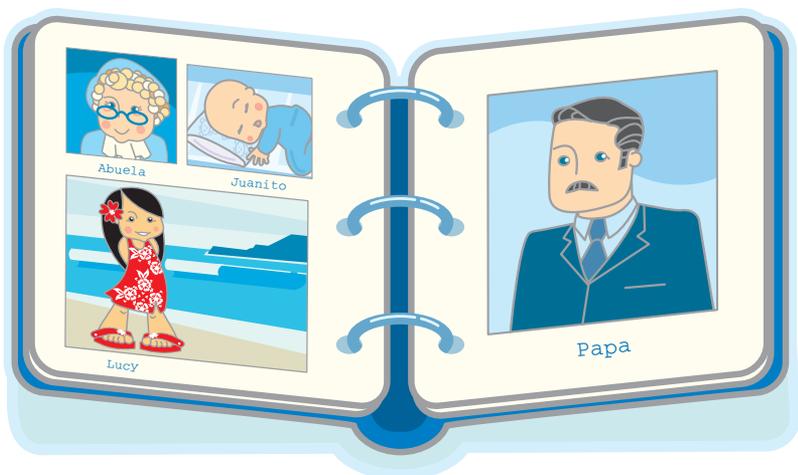
7

bebé

Libro Familiar

Coleccione fotografías de su familia. Péguelas en un álbum comprado o fabrique uno usted mismo y escriba Mi familia en la portada. Debajo de cada fotografía, escriba el nombre de la persona que su bebé está mirando. Léale el libro al bebé y señale los miembros de la familia que aparecen en la fotografía. Al bebé le fascinará ver las caras de las personas que conoce, y se familiarizará con las caras de los miembros que no ve con mucha frecuencia. Este libro será uno de sus favoritos. A medida que crezca, usted podrá contarle historias acerca de cada miembro de la familia.

El libro Mi familia le ayudará al bebé a aprender los nombres y las caras de los miembros de su familia. Comenzará a entender el concepto de "familia". Si su familia no es muy numerosa, puede agregar amigos cercanos que sean importantes en su vida y en la del bebé.



¿Quién Viene de Visita?

Siempre que alguien viene de visita es un gran acontecimiento. Algunos niños se alegran de ver a las visitas, mientras que otros se ponen nerviosos y no les gusta alterar su rutina. Cuando sepa que va a tener visitas, prepare a su bebé. Por ejemplo, durante el día, recuérdale al bebé:

**La tía Martha viene a casa o bien
Cuando te despiertes de la siesta,
la tía Martha vendrá de visita.**

A medida que se acerque la hora de la visita, acerque el bebé a la ventana o al jardín del frente y comience a buscar a la tía Martha. Cuando vea su automóvil o la vea acercarse, dígame:

¡Ahí viene tía Martha! ¿La ves?

Señale a su invitada y deje que su bebé pueda verla. Si no conoce a la invitada, no le dé al bebé en brazos de inmediato. Los bebés suelen asustarse con los extraños y es normal. Deje que la observe un instante. Después de unos minutos, probablemente encontrará el modo de acercarse a la invitada por sí solo. De no ser así, intente darle a la tía Martha su juguete o muñeco de peluche favorito. Recuerde que cada niño tarda un tiempo diferente en entablar un nuevo vínculo. Si respeta ese tiempo, ¡su bebé aprenderá a esperar con ganas la llegada de visitas!

Su bebé está aprendiendo acerca de la existencia de nuevas personas y cómo interactuar con ellas. Si maneja estos tiempos con cuidado, su bebé sentirá que tiene el control y aprenderá a sentirse seguro para conocer nuevas personas.



Hola Parque, Adiós Parque

A los bebés les encanta jugar. A veces, es difícil para los más pequeños comprender que el tiempo para jugar ha terminado y que es tiempo de hacer otra cosa (irse del parque o ir a dormir). Es posible que llore cuando tenga que irse del parque o dejar de jugar. Ayude a su bebé a aprender a “terminar” una actividad usando las palabras Hola y Adiós. Comience diciendo hola al comienzo del juego. Por ejemplo, al llegar al parque o comenzar una nueva actividad como construir con bloques, diga: **¡Hola parque!** O por ejemplo: **¡Hola bloques!** Diga hola a todos los objetos que estén en el parque o a todos los bloques de distinto color para darle a su hijo tiempo suficiente a que se acostumbre a su nuevo entorno o actividad: **¡Hola columpio, hola tobogán, hola césped!** O bien, **¡Hola bloque rojo, hola bloque azul, hola bloque verde!** Cuando finalice el tiempo para jugar, despídase del parque o de los bloques a medida que los guarde. Despedirse de todos los elementos que se encuentran en el parque (los toboganes, los columpios, el césped, los demás niños) o de los bloques (el rojo, el azul, el verde) ayuda a que su bebé finalice esa actividad y pase a la siguiente.

Su bebé está aprendiendo a pasar de una actividad a otra.



Notas