

# Bebé Constructores de relaciones

Las actividades de Constructores de Relaciones ayudan a su hijo a desarrollar una visión positiva de sí mismo y a aprender a jugar con los demás.



## Juego de Bebé

- ✓ Los cuidadores se conectan con otras familias con niños pequeños
- ✓ El bebé aprende sobre el mundo que lo rodea, incluyendo otros adultos y niños

Planifique algún tiempo para reunirse con un amigo o familiar que también tenga un bebé. Coloque a su bebé y a su nuevo amigo sobre una manta suave boca abajo o sentados uno frente al otro. Siéntese cerca pero déjelos "jugar" entre ellos sin involucrarse demasiado.

Deje que sus bebés se miren, se toquen y gateen uno encima del otro. ¡Descubrirá que están realmente interesados en las manos y los pies del otro!

Esta actividad es mejor si sus bebés tienen más de tres meses. ¡Asegúrese de que ambos bebés estén sanos! Usted está allí para asegurarse de que no se jalen el cabello accidentalmente o que no se piquen los ojos.



## Hola Parque, Adiós Parque

- ✓ El bebé aprende a hacer la transición de una actividad a otra

Ayude a su bebé a aprender a "terminar" una actividad usando las palabras Hola y Adiós. Comience diciendo "hola" al comienzo del tiempo de juego. Cuando llegue al parque o empiece a construir con bloques, diga:

**¡Hola parque!**

**¡Hola bloques!**

Salude a todas las cosas del parque. Salude a todos los diferentes bloques de colores. Esto le da a su hijo tiempo para acostumbrarse a su nuevo entorno o actividad.

**¡Hola columpios, hola tobogán, hola hierba!**

**¡Hola bloque rojo, hola bloque azul, hola bloque verde!**

Cuando termine el tiempo de juego, es hora de decir adiós. Dígame adiós al parque cuando se vaya. Diga adiós a los bloques mientras los guarda, diga:

**¡Adiós columpios, adiós tobogán, adiós hierba!**

**¡Adiós bloque rojo, adiós bloque azul, adiós bloque verde!**

Despedirse de todas las cosas del parque o de todos los bloques ayuda a su bebé a terminar esta actividad y pasar a la siguiente.



# Estoy Aquí

- ✓ El bebé aprende que sus necesidades serán satisfechas
- ✓ Construye la confianza y la seguridad del bebé
- ✓ Puede disminuir la necesidad del bebé de llorar para llamar la atención

Cuando escuche llorar a su bebé o vea que está molesto, trate de responder lo más rápido que pueda. Hágale saber que lo escucha, diga:

**Parece que no estas contento.**

Esté ahí para calmar y consolar a su bebé. Puede levantarlo, abrazarlo, mecerlo y hablarle en voz tranquila, diga:

**Esta bien. ¡Estoy aquí!**

Llorar, hacer ruidos y hacer caras son las formas en que su bebé le hace saber que necesita ayuda. Incluso si sabe que no hay peligro, es importante que acuda a su bebé de inmediato. Habrá momentos en los que no podrá hacerlo, pero la mayoría de las cosas (como las tareas domésticas, los trastes, los mensajes de texto o el trabajo) pueden esperar. ¡Su bebé necesita su ayuda y consuelo!



## Abrázame

- ✓ Bebé aprende a confiar en los adultos que lo aman
- ✓ Desarrolla la conciencia del bebé sobre su cuerpo
- ✓ El bebé aprende sobre las relaciones

Encuentre tiempo cada día para abrazar, acariciar y hablar con su bebé. Si hace suficiente calor, vístalo solo con un pañal para que pueda sentir su toque en la piel. Tallar su espalda y acaricie sus brazos y piernas. Bese sus mejillas y dígame:

**¡Te amo!**

Mézalos, cánteles, léales y hable con ellos. Deles muchas oportunidades para responder. ¡Su bebé necesita que lo toquen y lo abracen! Cuando piensen en usted, pensarán en ternura y amor.

## ¡Muy Feliz de Verte!

- ✓ El bebé aprende lo especial que es para usted

Use su cara y su voz para decirle a su bebé cuánto lo ama. Tendrá muchas oportunidades todos los días de entrar a una habitación y hacer contacto visual con su bebé. Cuando se despierte, cuando llegue a casa del trabajo o de una salida, su bebé lo está esperando para ver su reacción. Mírelo a los ojos, bríndele una gran sonrisa y diga algo como:

**¡Hola! ¡Estoy tan feliz de verte!**

Pase unos minutos hablando con su bebé y prestándole toda su atención.

