



Orientación Sobre los Hijos Según la Edad:

Desde los Dos Hasta los Cinco Años

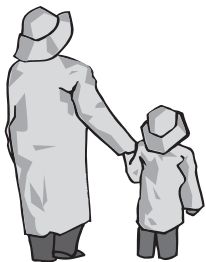


Ser padres es un trabajo difícil. Es importante que aprenda lo que su hijo es capaz de hacer y cómo puede ayudarlo a satisfacer sus necesidades. Si bien cada niño y cada caso son diferentes, los consejos que se detallan a continuación han ayudado a muchas familias. Esperamos que sean útiles para usted y para su hijo durante sus primeros años de vida.



ESTABLECER UNA RUTINA DIARIA Sus hijos necesitan una rutina diaria. Se comportan mejor cuando saben qué esperar. Trate de que coman, duerman la siesta o jueguen en el mismo horario todos los días. Cuando planifique su rutina diaria, incluya tiempo para hacer actividades y para descansar, tiempo para que jueguen juntos y tiempo para que jueguen solos.

DAR UN BUEN EJEMPLO A los niños pequeños les encanta imitar a los adultos. Si quiere que los niños sean amables entre ellos y tengan buenos hábitos alimenticios, enséñeles cómo hacerlo. Explíquelo a su hijo por qué hace las cosas de la manera que lo hace. Es posible que los niños no entiendan todo lo que les dice, pero comenzarán a entender que usted tiene razones para hacer las cosas de esa forma.



ALENTAR A SU HIJO Las palabras alentadoras ayudan a que su hijo desarrolle confianza. El éxito dependerá de la forma en que usted alienta a su hijo, en comportarse más como un entrenador que como un animador. Un animador dice: "¡Qué buen trabajo!" o "¡Qué hermoso dibujo!" Un entrenador usa elogios específicos. Por ejemplo, cuando su hijo prepara la mesa, usted puede decir: "¡Preparaste la mesa muy bien! ¡Pusiste las cucharas y los tenedores en el lugar correcto y te acordaste de las servilletas!" Cuando mire un dibujo de su hijo, puede decir: "Este dibujo es muy colorido. Usaste azul, verde, rojo, amarillo y naranja. ¡Dime cómo lo hiciste!" Los elogios específicos tienen un mayor significado para un niño que un simple "Eres increíble."

Consejos adicionales:

- Dígale a su hijo lo que **SÍ PUEDE** hacer en lugar de decirle lo que **NO PUEDE** hacer

En lugar de:

- No dejes tu juguete ahí
- No toques nada
- No le des patadas.

Intente:

- Lleva tu juguete a la habitación
- Estas cosas son sólo para mirar
- Las patadas, duelen. Usa palabras para decirle que estás triste.

- Dele a sus hijos explicaciones simples sobre sus reglas o límites y ofrézcales alternativas
 - Son las 8:00, ya es hora de ir a la cama. Puedes jugar con los marcadores mañana.
 - No puedes comer palomitas de maíz ahora porque es hora de cenar. Puedes comer un poco de Jell-O de postre después de que termines tu cena.
- Los padres deben trabajar juntos para que los niños reciban los mismos límites. Ya sea que los padres vivan juntos o separados, tener las mismas reglas es importante para desarrollar un ambiente seguro para los niños.
- Los padres deben dar opciones a sus hijos para fomentar (desarrollar) su independencia, por ejemplo:
 - Pregúntele a sus hijos si quieren una banana o puré de manzanas como merienda ¿Les gustaría jugar con cubos o con libros?
 - No les pregunte si están listos para ir a la cama o si se quieren poner la chaqueta antes de salir porque hace frío. En estos casos no hay opción.

Cuando sus hijos sean adultos, no recordarán si la casa estaba limpia ni las cenas especiales, pero si recordarán todo el amor y la alegría que compartieron juntos.

Para mas información sobre la crianza de sus hijos,
puede llamar a la línea de ayuda para los padres de la Florida.
1-800-FLA-LOVE