

Cómo Apoyar las necesidades de
mi hijo e hija.

—

Entendiendo la
necesidades
emocionales de
mis niños y niñas

Estas son algunas formas
positivas en las que puede
apoyar emocionalmente a
sus hijos.

Tiempo De Calidad

Les comunica que son importantes.

- Tiempo = Atención = Amor
 - Prestar atención cuando hablan
 - Contestar con interes
 - Enfatizar su importancia.
-

Afecto

Ninos/as Necesitan Afecto

- Sonrisas
 - Abrazo
 - Besos
 - Carino
 - Palabras como te amo
-

Aceptando sus sentimientos

Los niños/as necesitan saber
esto.

- Validar cómo se sienten
 - Entender cómo se sienten.
 - No juzgarlos por errores.
-

Reconocimiento

Esto se logra por validar sus
Ninos/as.

- Sentimiento
 - Opiniones
 - Deseos.
-

Alabar

Comunica la apreciación de los
esfuerzo del niño/a.

- “Estoy orgulloso por las buenas notas que tienes”
 - “Me gustan los colores que usaste en esa pintura,”
-

Apoyo

Calma a los Niños/as

- Proveer palabras de motivación
 - Restaurar sus creencia en si mismo.
 - Assiste en crear optimismo.
-

Camino hacia una salud mejorada



Maneras en que los padres pueden apoyar sus necesidades emocionales de niños y jóvenes:

- Proporcione un ambiente hogareño seguro y amoroso.
- Crea una atmósfera de honestidad, confianza y respeto.
- Permita independencia y asertividad apropiadas para su edad.
- Desarrolle una relación que anime a sus hijos a hablar con usted cuando estén molestos.
- Enseñe la responsabilidad por las pertenencias de sus hijos y las suyas.
- Enséñele la responsabilidad básica de las tareas del hogar.
- Enséñele la importancia de aceptar límites.
- No olvide la importancia de las reglas. Los niños y los jóvenes todavía necesitan reglas que afecten su salud, seguridad y educación. Haga que las reglas sean fáciles de entender. Cuando establezca una regla, asegúrese de que las razones sean claras.
- Escuche las preocupaciones, opiniones y solicitudes de su hijo. Si puedes comprometerte, hazlo



Cosas para considerar

- Comportamiento agitado o inquieto.
- Pérdida o aumento de peso.
- Una caída en las calificaciones.
- Problemas para concentrarse.
- Sentimientos continuos de tristeza.
- No preocuparse por las personas y las cosas.
- Falta de motivación.
- Fatiga, pérdida de energía y desinterés por las actividades.
- Baja autoestima.
- Problemas para conciliar el sueño.
- Enfrentamientos con la ley.
- Evita las críticas
- Evite las comparaciones
- Evita los adjetivos negativos
- Evita las frases negativas
- Gritarle a su hijo o expresar su enojo físicamente
- Responde con calidez y aprecio

Recursos de apoyo emocional

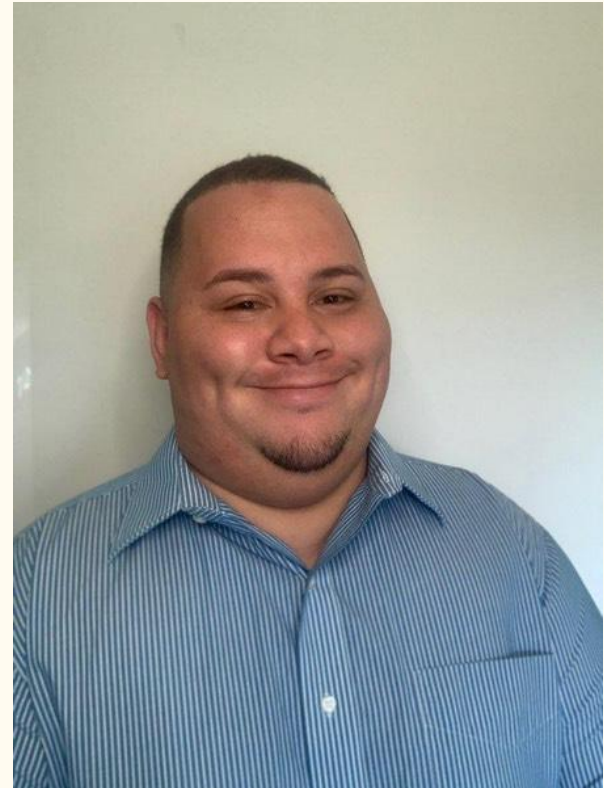
Jose De Jesus: ECCS Trabajador
Social

Correo Electronico:

jdejesus@esperanzacybercs.net

Telefono:

267-273-6064



Preguntas?

—