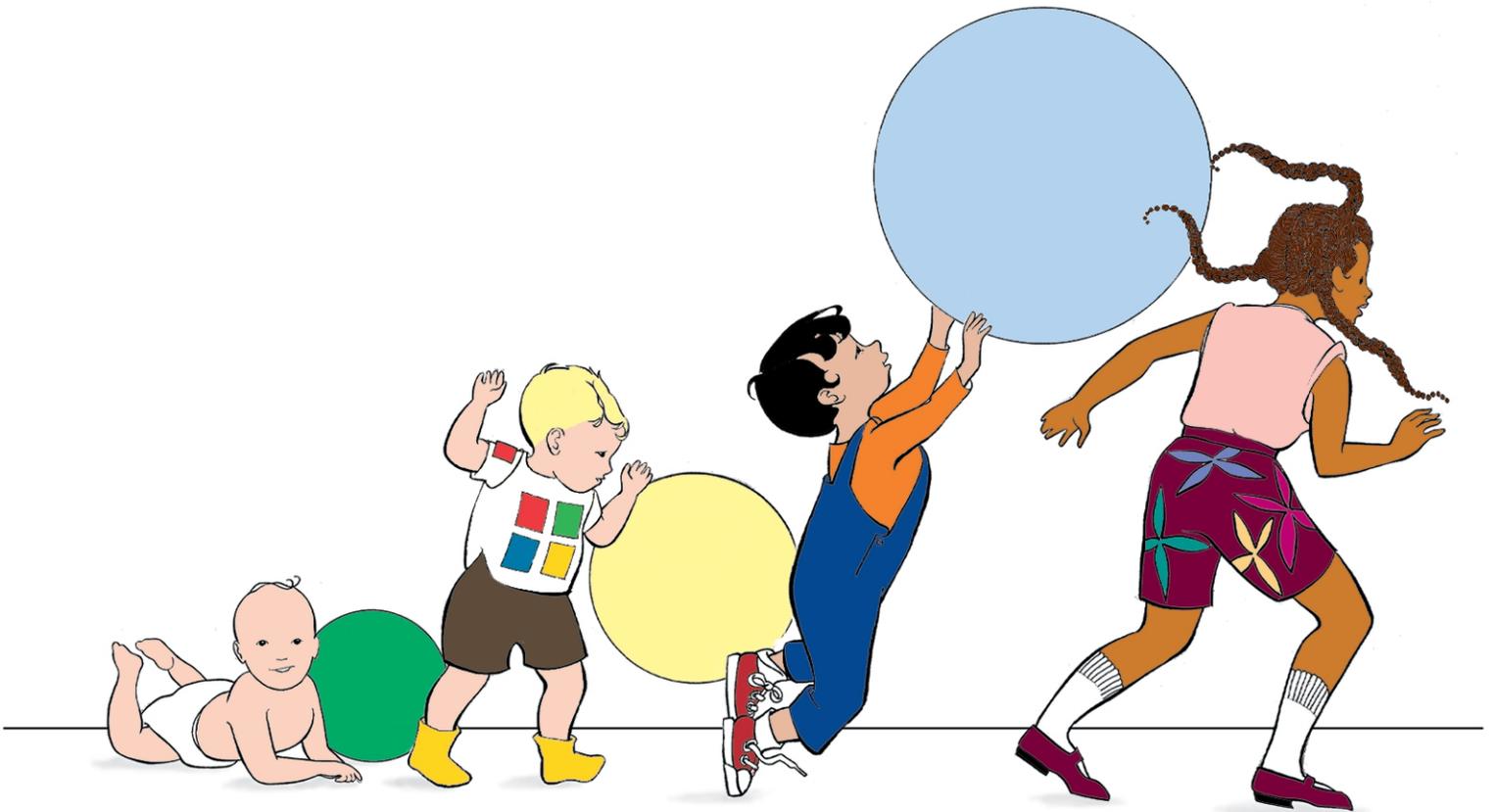


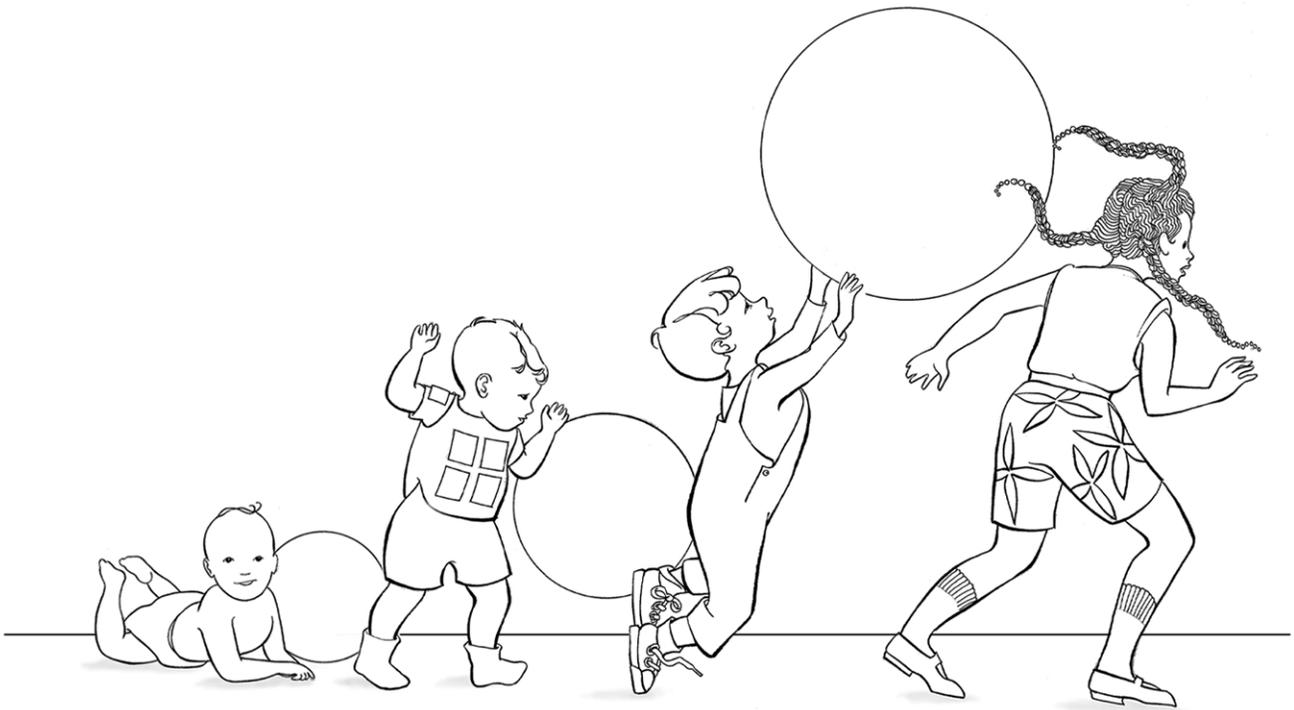
Manual acerca del Desarrollo:

*De la Niñez
a la Juventud*



Manual acerca del Desarrollo:

*De la Niñez
a la Juventud*



New York State
Office of Children and Family Services

(Oficina de Servicios para Niños y Familias
del Estado de Nueva York)

 **Center for Development of Human Services**
Research Foundation of SUNY, Buffalo State College

Robert N. Spaner - Oficial Administrativo Principal
Angelo A. Conorozzo, M.S.W. - Director Asociado

1695 Elmwood Avenue
Buffalo, New York 14207-2407
Teléfono: 716.876.7600
Facsimil: 716.796.2201

© 1999 Research Foundation of SUNY/CDHS.
All rights reserved.

Fondos provistos por la:
New York State
Office of Children and Family Services
Bureau of Training and Workforce Development.

Reconocimientos

Este documento fue producido bajo un contrato entre la *New York State Office of Children and Family Services* (Oficina de Servicios para Niños y Familias del Estado de Nueva York), el *Bureau of Training and Workforce Development*, (Buró de Entrenamiento y Desarrollo de Trabajadores) y el *Center for Development of Human Services of Buffalo State College* (Centro para el Desarrollo de Servicios Humanos del Colegio Estatal de Buffalo), a través de la *Research Foundation of the State University of New York* (Fundación de Investigación de la Universidad del Estado de Nueva York).

Producido por el Center for Development of Human Services:

Robert N. Spaner, B.A.,
Oficial Administrativo Principal

Angelo A. Conorozzo, M.S.W.,
Director Asociado

Meg Brin,
Directora Administrativa
de Bienestar Infantil

Jere Wrightsman,
Director, Unidad de Entrenamiento
de Adopción y Cuidado de Crianza

Un agradecimiento especial a los profesionales que se encargaron de producir la versión en español del *Manual acerca del Desarrollo: De la Niñez a la Juventud*. Este recurso, publicado en 1999, es una traducción del texto original *The Child Development Guide* publicado en inglés y producido por el Center for Development of Human Services .

Traductores: José J. Ortiz-Calderón, María Díaz, y Rosa León Ghadamabadi, conferencistas en el Departamento de Lenguas Extranjeras, Buffalo State College; Olga de Samper, Carmen Santiago, Center for Development of Human Services, Buffalo State College.

Editora: Mery Rosendorn-Gross, Oficina de Información Pública, New York State Office of Children and Family Services.

Gráficos: Beth Graff-Baker, Directora de Arte/Administradora de Producción; Carol Schrecongost, Diseño con Publicadores de Computadoras; Len Bethel, Ilustraciones.

Para obtener una copia de la versión en español o de la versión en inglés, por favor escriba o póngase en contacto con el:

Center for Development of Human Services
Buffalo State College
1695 Elmwood Ave.
Buffalo, NY 14207-2407
716-876-7600

Índice

0 a 6 meses	1-7
6 a 12 meses	9-16
1 a 3 años	17-27
3 a 5 años	29-39
5 a 8 años	41-51
9 a 12 años	53-62
13 a 15 años	63-69
16 a 19 años	71-77

Tareas del Desarrollo del Recién Nacido

0 a 6
meses

Los recién nacidos **crecen** y **se desarrollan** de muchas formas distintas. Todos los bebés crecen y se desarrollan

—**físicamente** (*aprenden a moverse, a comer y dormir, a hacer sus necesidades fisiológicas*);

—**emocionalmente** (*aprenden a estar contentos o tristes, a ser graciosos o a ponerse furiosos*);

—**socialmente** (*aprenden a conocer a sus padres y a sus familias, a comunicarse con otras personas mediante sonrisas y ruidos*);

—**mentalmente** (*aprenden a ser curiosos, y a fijarse en juguetes, sonidos y cosas nuevas*).

Los recién nacidos **aprenden** de muchas maneras, a través de su ambiente, de sus padres y de otros bebés. Como las personas de todas las edades, los bebés aprenden mediante lo que ven, lo que oyen y lo que sienten. Los recién nacidos llegan a entender el mundo que los rodea a través de la comunicación o la imitación; a través del estímulo que les da cada nueva experiencia, y aprendiendo a equivocarse y a corregir sus errores.

A medida que crecemos, las cosas que aprendemos van haciéndose más difíciles. Por ejemplo, primero aprendemos a caminar, y después aprendemos a correr. Aprendemos primero a identificar cada una de las letras del alfabeto, y más tarde a leer palabras enteras. El aprendizaje es progresivo. Primero se construyen las bases, y sobre las bases se levanta el edificio.

Los recién nacidos aprenden las cosas más básicas que puede aprender un ser

humano: a moverse, a reclamar la atención de sus padres mediante el llanto u otros ruidos, y a reconocer a las personas que los cuidan y los alimentan.

Las cosas que los recién nacidos y los niños pequeños aprenden se llaman “**tareas del desarrollo**”. La palabra “tarea” quiere decir algo así como trabajo; podríamos decir “Uno de los trabajos que un bebé tiene que llevar a cabo es mover la cabeza para poder mirar a sus padres”. Es muy importante que los bebés tengan la oportunidad de realizar su trabajo. Algunos bebés trabajarán más rápidamente que otros. Algunos harán su trabajo lentamente. Eso es lo normal. Otros bebés no trabajarán ni muy rápidamente, ni muy lentamente. Eso también es normal.

En las páginas que siguen, describiremos las tareas del desarrollo, o los trabajos que tienen que llevar a cabo los recién nacidos, desde el momento en que nacen, hasta que están casi listos para ir a la escuela.

Este no es un libro que le



**Trabajo nuevo
para una nueva vida**

dará reglas, sino una guía para ayudarle a entender cómo y cuándo su bebé crece y se desarrolla.

Usted puede ayudar a su bebé a crecer. A través de este libro le iremos ofreciendo algunas **sugerencias para ser mejores padres y madres**, que le resultarán útiles para ayudar a su bebé a realizar sus tareas del desarrollo. Ser un buen maestro es muy divertido, pero hay que tener paciencia, porque es un trabajo muy duro. Disfrute de su bebé, sin esperar que aprenda todo a la menor brevedad.

¡Ver a su bebé descubrir la vida y aprender le resultará sorprendente y fascinante!

Tareas Importantes del Desarrollo para Recién Nacidos (0 a 6 meses)

—*Aprender a confiar y a establecer nexos de seguridad con otras personas, especialmente con su madre.*

—*Aprender a llamar la atención para lograr satisfacer sus necesidades más importantes.*

—*Coordinar la visión, controlar los músculos mayores, distinguir sonidos.*

Actividades Normales y Características

Desarrolla su propio horario para comer, dormir y hacer sus necesidades fisiológicas.

Crece rápidamente—a los seis meses ya pesa el doble de lo que pesaba al nacer.

Enfoca los ojos en objetos específicos, especialmente en la cara de los padres. Logra controlar el movimiento de los ojos a las cuatro semanas, y hacia los cuatro meses se mira y se estudia los pies y las manos.

Desarrolla control sobre los músculos mayores de forma ordenada y en secuencia—balancea la cabeza, se vira o cambia de lado, y puede sentarse si se le ayuda. Hacia los seis meses, puede sentarse brevemente sin que nadie lo sostenga.

Hacia los cuatro o cinco meses, empiezan a salirle los dientes. Se chupa los dedos o las manos, y puede ponerse inquieto porque las encías le molestan y se le inflaman.

Trata de coger y logra mantener objetos en sus manos.

Puede estar muy tranquilo o muy inquieto, o puede estar entre estos dos extremos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle comidas nutritivas al bebé. Si le da el pecho, continúe haciéndolo mientras le sea posible —aún cuando ya le esté dando comidas sólidas. La leche materna protege al bebé contra algunas enfermedades, y ayuda a evitar ciertas alergias. Su médico, o su clínica, le dirán cuándo el bebé está listo para beber jugos y comer comidas sólidas.

Cambie frecuentemente al bebé de posición y de lugar. No lo deje en la cuna por largos períodos de tiempo. Hágale una camita en el suelo con una sábana o una frazada (frisa). Póngalo en un cochecito, o en un andador (“stroller”), si los tiene. Acueste al bebé a dormir siempre boca arriba.

Cójjalo o álcelo y acarícielo frecuentemente.

Ponga cerca de la cuna del bebé un objeto grande y con muchos colores (un cuadro o un cartel póster, por ejemplo), para que el bebé pueda mirarlo. Si le da un juguete o un animal de peluche, asegúrese de que no tenga nada que el bebé pueda arrancarle (botones, ojos de plástico, etc.).

Deje que su bebé mueva vigorosamente los brazos y las piernas cuando lo baña o le cambia los pañales y la ropa, aunque le resulte más incómodo bañarlo o cambiarlo. El movimiento fortalece los músculos del bebé, le ayuda a establecer coordinación, y lo mantiene más contento.

Si tiene una mesa especial para cambiar los pañales y la ropa del bebé, use **siempre** las correas de seguridad. No deje imperdibles o ganchos u otros objetos peligrosos al alcance del bebé.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Bañe al bebé en un recipiente grande pero poco profundo, en el fregadero o en un bañito para bebés, pero **nunca** lo bañe en una bañera de adultos. **Nunca** suelte al bebé, ni deje de estar pendiente de él cuando lo esté bañando.

Déle al bebé objetos limpios y seguros para que pueda morderlos. Frecuentemente, los bebés se chupan los dedos para aliviar las molestias que les causa la salida de los dientes. Deje que su bebé se chupe los dedos. Tenga paciencia cuando el bebé se ponga inquieto o intranquilo.

Déle sus dedos para que juegue con ellos, los coja y los apriete. Deje que trate de sentarse mientras le agarra de los dedos.

Asegúrese de descansar lo suficiente para que pueda enfrentar la tensión de criar a un niño(a) recién nacido. Pídale a la familia y a los amigos que le ayuden. Su médico y su clínica le pueden dar consejos muy útiles.

Actividades Normales y Características

Se pone intranquilo, hace caritas o llora para comunicar descontento, incomodidad o dolor. Lloro de formas distintas cuando tiene frío o hambre, o cuando está mojado o solo. Algunos padres pueden llegar a distinguir los distintos tipos de llanto, pero a otros les resulta difícil hacerlo.

Se asusta o sobresalta con movimientos o ruidos inesperados.

Se mueve rápidamente o patalea para comunicar entusiasmo o alegría.

Se sonríe y hace ruiditos para mostrar satisfacción o alegría.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Háblele al bebé, sonríale y acarícelo frecuentemente, especialmente cuando lo está alimentando o cuidando.

Acuda rápidamente cuando el bebé grita de forma poco usual. Si está segura(o) de que todo está bien, puede dejarlo descontento por un rato antes de cogerlo o alzarlo.

Muévase cuidadosamente cuando esté cerca del bebé, para que no se sobresalte. Cójalo o álcelo delicadamente.

Cuando el bebé lllore y demande su atención, álcelo, y no piense que al cogerlo y consolarlo lo está malcriando.

Actividades Normales y Características

Sabe quiénes son sus padres. Si el bebé se aferra a quien lo cuida (aparte de sus padres), no debe preocuparse, porque es un signo de que ha encontrado a una buena persona para que cuide al bebé.

Espera con impaciencia la hora de la comida o de que lo cojan, especialmente si se trata de sus padres.

Puede exigir mucha atención, y a veces pretende que esté pendiente de él todo el tiempo. Esto es normal y saludable. Cuando el bebé llora, lo que está intentando hacer realmente es comunicarse con usted, y tratar de establecer una relación de confianza y cariño.

Le gusta que lo toquen, que juegen con él, y que lo mezan suavemente.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Meza y arrulle al bebé suave y cuidadosamente sobre sus rodillas.

Déle al bebé la oportunidad de ver el mundo desde sus hombros, su falda, o desde el suelo. Juegue con él mientras usted descansa en la cama o en el sofá. Si el bebé tiene hermanitos mayores, deje que jueguen con él, pero siempre manténgase atenta(o). Puede permitir que sus otros niños agarren al bebé en su falda o regazo por unos minutos; esto ayudará a evitar celos.

Ponga al bebé frente al espejo y háblele usando su nombre, por ejemplo “Mira a la linda Yvonne” o “Mira, ahí está mi gran Rashad”.

No compare a su bebé con ningún otro. No trate de que su bebé haga las cosas que hacen otros niños. ¡Recuerde que cada niño(a) es único y especial!

Actividades Normales y Características

Reacciona frente a cosas y personas, y aprende constantemente.

Aprende a través de los sentidos, especialmente mediante el tacto y la vista. El interior de la boca está muy sensible porque la alimentación lo estimula. Esa es una de las razones por las que los bebés se lo llevan todo—incluyendo los dedos y los juguetes—a la boca. Esto no debe preocuparle, siempre y cuando lo que el bebé se lleve a la boca esté limpio.

Hace ruiditos y masculla o balbucea para demostrar que quiere hablarle. Este es el primer paso en el proceso de aprender a hablar.

Aprende a confiar en los adultos de la casa o en la persona que lo cuida —ya sea alguien en el centro de cuidado diurno, un miembro de la familia, amigos, o un proveedor(a) de cuidado diurno en familia.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle a su bebé cosas para que las vea, las oiga y las coja, tales como maraquititas, animalitos de materiales suaves, o juguetes de goma que el bebé pueda sostener entre las manos. Ponga una cajita de música o una radio (con el volumen bajo) amarrado en los barrotes de la cuna. Este tipo de cosas estimulan el desarrollo cerebral del bebé.

Cuando el bebé masculle o balbucee como si le estuviera hablando, respóndale. Acerque su cara a la del bebé para que vea cómo habla. Espere un minuto y escuche la “respuesta” de su bebé. Mantenga esta conversación con el bebé por algunos minutos.

Cántele frecuentemente. Repítale palabras, aunque sean tonterías, tales como “tum-de-dum”, “rat-a-tat-tat”, etc.

Cuéntele cuentos cortos y sencillos, y repítalos a menudo: “Había una vez un perrito que se acercó a Eric y le dijo ‘guau-guau’”. “Había una vez un gatito que se acercó a Eric y le dijo ‘miau-miau’”, etc. Los cuentos de animales imitando los sonidos que hacen pueden ayudarle a entretener al bebé cuando se pone inquieto, o cuando está intranquilo y no se puede dormir. La repetición del cuento puede ayudarle al bebé a quedarse dormido.

Tareas del Desarrollo del Recién Nacido

6a12
meses

Chug. Chug. Chug. Como una pequeña locomotora, durante los próximos seis meses, la actividad clave del bebé es el *movimiento*. De un momento a otro, casi de la noche a la mañana, notará que el bebé está tratando de controlar el movimiento de sus brazos y sus piernas. Alrededor de los seis meses, el bebé aprenderá a sentarse, con la cabeza a veces en alto y a veces inclinada, o los brazos en reposo o en movimiento. Su bebé está tratando de ver el mundo que lo rodea; está tratando de agradarle y de llamarle la atención. Verá que su bebé intentará virarse, gatear o trepar.

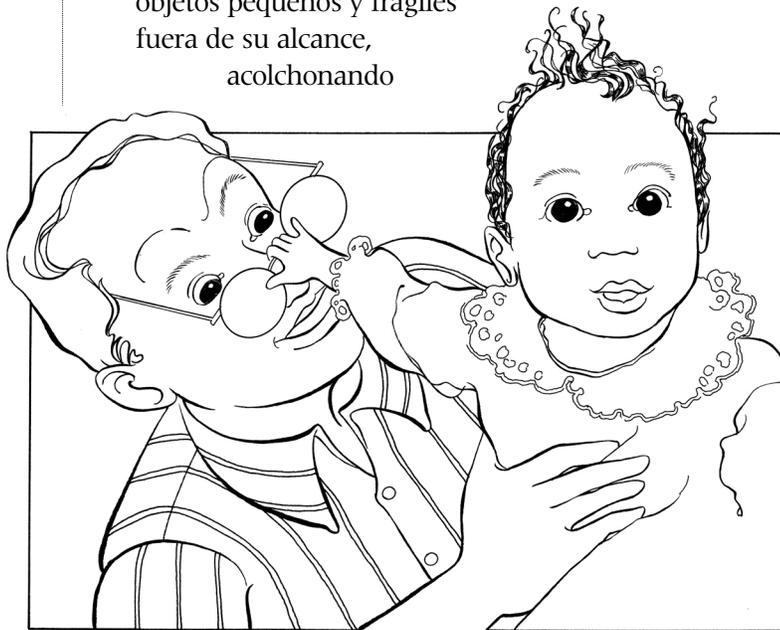
Evidentemente, toda esta actividad requerirá que esté constantemente pendiente del bebé. Cuando esté cambiándole los pañales, notará que se mueve más. Si lo sienta en una silla para bebés o en una silla para comer, el uso de las correas de seguridad es esencial. En la bañera, el sofá y el carro, su bebé se moverá, tratando de experimentar hasta dónde puede llegar. Este es un periodo de descubrimiento y sorpresas para su bebé.

Su bebé ya le conoce. Le responde al sonido de su voz, y le reconoce cuando le ve. Cuando le hable a su bebé, mírelo directamente, sonríale y acarícielo. De este modo está reforzando los lazos que le unen a su bebé. Estos lazos también reciben el nombre de “**bonding**” en inglés, y son esenciales para lograr que el bebé adquiera un sentido de seguridad. A medida que le hable al bebé, se dará cuenta de qué manera él le quiere hablar. Le mirará a los ojos, le sonreirá, fruncirá el entrecejo, hará ruiditos de satisfacción, etc. Su bebé quiere hablarle tanto como usted quiere hablarle a él.

Hacia los nueve meses, su bebé estará listo para tratar de pararse, aunque le resultará

difícil mantener el equilibrio. No espere que su bebé salga caminando inmediatamente. Tan pronto como el bebé logre pararse sobre sus pies, tendrá que acostumbrarse a ver el mundo de una forma diferente. Recuerde que hasta ese momento, el bebé ha visto sus alrededores de sentado o de acostado. Las cosas se ven muy distintas cuando el bebé puede verlas de pie.

Al mismo tiempo que trata de ponerse de pie (normalmente tratando de ayudarse con un andador o agarrándose a una mesa o una silla), el bebé también está desarrollando técnicas más eficientes para coger y sostener objetos con las manos, y para soltarlos. (¡Cuidado! Las manitas de un bebé son pequeñas, así es que es muy posible que trate de encontrar y coger cosas igualmente pequeñas.) ¿Y adónde irán a parar esas cosas? Directamente a la boca. El establecer un ambiente seguro para un bebé es un asunto de mucha importancia—poniendo los objetos pequeños y frágiles fuera de su alcance, acolchonando



Llegando a conocerte...

las partes puntiagudas de sillas, mesas y muebles, cubriendo los enchufes de electricidad/tomas de corriente, guardando cuerdas o cordones, etc. Esta edad es fascinante. El sentido de descubrimiento, las emociones y el movimiento están desarrollándose en su bebé. Tómese el tiempo necesario para disfrutar de estos momentos importantes en la vida de su bebé y tenga a mano una cámara, porque no querrá perderse la oportunidad de celebrar y recordar los primeros pasos de su bebé. Ya se acerca pronto la celebración del cumpleaños de su bebé.

Tareas Importantes del Desarrollo para Recién Nacidos (6 a 12 meses)

—Continuar aprendiendo a confiar en los padres y en otros proveedores de cuidado.

—Sentirse seguro en el mundo que los rodea.

—Desarrollar el sistema central nervioso, incluyendo la coordinación de ojos y manos, y lograr ejercer un mayor control de los músculos mayores.

—Mover el cuerpo sin ayuda.

—Aprender a expresar sus necesidades, y a reclamar la atención de los adultos, por otros medios además del llanto.

—Aprender a ajustarse a cortos periodos de separación de la persona que provee los cuidados primarios.

Desarrollo Físico

Actividades Normales y Características

Aprende a sentarse sin ayuda a los 7 u 8 meses.

Alrededor de los 9 meses, aprende a arrastrarse (en el estómago) o a gatear (con el cuerpo levantado). Algunos bebés hacen ambos.

Aprende a levantarse y después mantenerse de pie solo (a veces se agarra de algo, como la cuna o una mesa; a veces lo suelta).

Empieza a caminar alrededor de los 12 meses. Algunos bebés no comienzan a caminar hasta los 14 ó 15 meses. Esto es normal.

¡Todavía se lleva todo a la boca!

Empieza a alimentarse con sus manos.

Todavía no puede controlar los movimientos intestinales y la orina.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Permita que su bebé se envuelva en actividades físicas que él/ella esté listo para aprender. Cada bebé tiene su propio horario. Observe a su hijo(a) cuando esté listo para hacer cosas nuevas.

Asegúrese de guardar objetos peligrosos, productos de limpiar la casa y objetos de importancia para usted fuera del alcance de su bebé. Es especialmente importante que guarde las cosas pequeñas como pendientes, botones, espejuelos y monedas que el bebé se pueda tragar.

Acepte que su bebé dejará caer las cosas en forma de juego. Esta es una destreza importante que demuestra que su bebé ha aprendido a recoger cosas del suelo. Recuerde, ¡dejar caer algo es parte de la diversión!

Déle objetos limpios a su bebé que se pueda meter a la boca como objetos de madera o de plástico duro. Es importante que su bebé use los dedos y estimule el sentido del tacto (dentro de la boca).

Permita que su bebé se alimente solo(a). Usted puede darle comida que pueda agarrar con los dedos, especialmente si al bebé le están saliendo los dientes. Comida segura puede ser algo “gomoso o pegajoso”, que se puede derretir en la boca, como galletas especiales “graham” o un pedazo de guineo/banana.

Consulte con su médico o la clínica acerca de cuándo puede darle a su bebé carnes, frutas y vegetales. Puede servirle comida de bebé ya preparada y jugos frescos, o puede majarle algunas frutas y vegetales de lo que se consume en su casa.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Cuando su bebé ya pueda sentarse bien solo, puede bañarlo en una bañera común y corriente. Use poca agua y vigile a su bebé constantemente. Déle a su bebé juguetes de plástico o de goma para que juegue y deje que salpique agua lo más que quiera. **Nunca deje a su bebé solo(a) en la bañera.**

No trate de entrenar a su bebé a ir al baño todavía. Su bebé no está lo suficientemente desarrollado como para controlar los movimientos intestinales. No puede enseñar a su niño(a) a no ensuciar sus pañales, aun cuando su bebé quiera complacerlo y trate de sentarse solo en la silla con orinal debajo del asiento.

Actividades Normales y Características

Empieza a sentirse bien o mal sobre sí mismo(a).

Necesita asegurarse de que alguien lo cuidará. Cuando esta *necesidad* sea satisfecha el bebé “planeará” (a su manera) de que se le siga cuidando.

Alrededor de los 9 meses, empieza a mostrar señales de independencia, aunque todavía necesita la seguridad de la familia. Esto es cierto especialmente cuando el bebé se siente cansado después de haber experimentado algo nuevo. Este es un tiempo difícil para el bebé y la familia.

Muestra muchas emociones: placer, alegría, enojo, miedo, frustración, irritabilidad, testarudez.

Se siente infeliz cuando la mamá o el encargado primario se va.

Necesita que lo carguen y que lo arrullen con calor y amor. Necesita que lo calmen cuando aprende actividades nuevas excitantes. Necesita relajarse en brazos familiares cuando está bajo tensión mientras aprende cosas nuevas. Es difícil no consentir a su bebé a esta edad, especialmente cuando está experimentando cosas nuevas.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Siempre responda a las necesidades que su bebé tenga hacia la comida, el afecto, el consuelo, a ser cambiado o a que lo limpien. El darle a su bebé la cantidad de atención que necesita, no es consentirlo. La atención positiva hace que su bebé se sienta bien sobre sí mismo(a). Usted también se sentirá bien.

Acepte y respete *todas* las emociones de su bebé. Su bebé depende de su ayuda cuando siente emociones de coraje o miedo.

Espere que su bebé se sienta confundido o callado cuando usted no esté cerca de él. Una buena niñera podrá hacer sentir bien a su bebé si lo mece gentilmente, le canta o lo alimenta.

Ofrézcale seguridad. Recuerde que no tiene que mimar a su bebé cuando aprende algo nuevo. Su bebé puede ser temperamental, estar cansado o sentirse frustrado tal como usted.

Para su bebé es importante que no tenga muchas niñeras o encargados. Los bebés dependen de usted para que las personas y el sitio donde son cuidados sean familiares para ellos. Trate que la misma persona cuide a su bebé. Si trabaja fuera de la casa, trate de que una amiga(o) o un pariente cuide a su bebé en su casa, si es posible. O puede buscar a un amigo(a) o un centro de cuidado diurno en el que usted confía. Obtenga referencias y observe a los encargados de proveer cuidado o a las maestras del centro de cuidado diurno con su bebé. Usted quiere que su bebé sea cuidado por personas que realmente presten atención a los bebés que cuidan.

Actividades Normales y Características

Todavía considera importantes a sus padres o al proveedor(a) de cuidado primario.

“Habla” más que antes con los miembros de la familia. Balbucea y puede añadir algunas palabras.

Empieza a imitar el comportamiento de otros niños y adultos importantes.

Reconoce a otros bebés en la televisión o fuera del hogar.

No juega amablemente con otros niños, aunque esté interesados en ellos. Tiende a pelliscarlos, empujarlos o halarlos.

Le gusta jugar con niños mayores que él si son tolerantes y cuidadosos.

Le gusta estar con la familia durante las comidas.

Le empieza a tener miedo a los extraños alrededor de los 8 meses.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Háblele a su bebé y aliente a los hermanos y hermanas mayores a que hagan lo mismo. Juegue al escondite o háblele a su bebé en el espejo. Estas actividades ayudan a su bebé a desarrollar lenguaje.

Principalmente, su bebé aprenderá maneras de comportarse y hablar imitándolo a usted. Es importante que usted haga y diga cosas de la manera que usted quiere que su bebé aprenda. Por ejemplo, diga “Por favor” y “Gracias”, si estas palabras son importantes para usted.

Diga a menudo, “Jimmy, te quiero mucho” o “James, eres un nene bueno”.

Permita que las hermanas y los hermanos mayores jueguen con el bebé. Si les enseña cómo jugar delicadamente y los observa desde una distancia corta, sus niños mayores se sentirán responsables y dignos de su confianza. Sus hijos disfrutarán cuidando al bebé si usted los alaba y les enseña cómo jugar apropiadamente.

Señale a otros bebés y diga, “Ahí hay otro bebé como tú.” Pero no espere que jueguen juntos y solos.

Deje que su bebé coma algunas comidas con la familia, especialmente la merienda de la tarde con los niños mayores de la familia.

Cuando le presente a su bebé a personas extrañas, tómelo con calma. Las caras nuevas pueden asustar a su bebé. Aunque a sus amigos les guste sostener a su bebé, preste atención a la reacción de su bebé. Cuando alguien esté sosteniendo a su bebé, a veces ayuda que usted se pare en un sitio donde su bebé pueda verlo.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Demuéstrele a su niño(a) lo que usted espera de él haciendo cosas que usted quiere que él imite. No lo regañe si aprende uno de sus "malos" hábitos. Su bebé no está lo suficientemente grande para distinguir entre lo que es "bueno" y "malo."

Actividades Normales y Características

Desarrolla una destreza nueva detrás de la otra. No puede *comenzar* a caminar hasta que esté listo, pero *no puede dejar de tratar* de caminar una vez que está listo.

Continúa aprendiendo a través de los sentidos, especialmente la boca.

Le gusta sacar y poner cosas dentro de cajas, gavetas y la boca. Practica esta destreza constantemente.

Le gusta comparar objetos. Parece aprender cosas “iguales” y diferentes, formas y otros conceptos.

Aprende repitiendo patrones de conducta.

Le gusta oír las cosas por su nombre. Entiende y empieza a decir palabras familiares como *papá, mamá, bye-bye, huauuau, miao* y *ven* (Pero muchos niños no usan palabras que se entienden hasta después del primer año).

Aprende el significado de “¡No!” (Más tarde, dice “¡No!” a todo el mundo si la palabra se ha usado a menudo.)

Disfruta de varios tipos de música.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle a su bebé juguetes grandes y simples u objetos de la casa como vajillas plásticas, sartenes, ollas para que juegue pero no le dé juguetes que tengan partes pequeñas o sueltas.

Después de que su bebé empiece a gatear, asegúrese que productos para limpiar la casa y objetos peligrosos estén fuera del alcance de su niño(a).

Repita palabras y actividades para que su bebé las pueda aprender mejor.

Introduzca a su bebé a nuevas actividades como—un viaje a la tienda de comestibles o bodega o una visita a la iglesia, la sinagoga, la mezquita o una ceremonia de grupo.

Diga los nombres de las partes del cuerpo, personas, animales y cosas. Haga esto cuando esté mirando revistas o fotos de libros con su bebé.

Si dice “¡No!” al principio para algunas cosas importantes, se le hará fácil enseñarle a su niño(a) lo que es peligroso o conductas que a usted le molesta. No grite. Sólo dígame firmemente “¡No!”. A esta edad, usted no necesita dar explicaciones. Permita que los niños mayores de la casa digan “¡No!” cuando quieren proteger sus cosas.

Cántele a su niño(a) y ponga el radio o cintas magnetofónicas con la música que a usted le gusta.

Tareas del Desarrollo del Niño(a)

1a3
años

Ahora hay en su casa una pequeña persona. Un individuo que camina y habla y que quiere conocerlo. Durante los próximos dos años, su niño(a) lo ayudará a entenderlo aprendiendo a comunicarse verbalmente y mecánicamente.

Al principio caminará un poco inseguro: los primeros intentos serán cómicos y tambaleantes. Pero en un abrir y cerrar de ojos, un tambaleo llegará a ser un paso y la falta de equilibrio empezará a desaparecer. De repente, ningún obstáculo será demasiado grande, ninguna escalera será demasiado empinada, ningún mostrador será demasiado alto o angosto, y no habrá armario que no sea el escondite perfecto.

Empezará a hablar un poco más despacio. A la edad de 1 año, a lo mejor su niño(a) no habrá pronunciado todavía una sola palabra inteligible. El habla es un ejercicio muy complejo, esto envuelve no solamente el control de la boca, la garganta, la lengua, la laringe y los labios, sino también una conexión entre el sonido y el entendimiento en el cerebro. Para ayudar a su hijo(a) a desarrollarse, háblele lo más que pueda. Repita palabras que el bebé usa y conecte sonidos nuevos con láminas y objetos como—"botella", "ventana", "muñeca"—mientras los vaya diciendo. Los niños pequeños son rápidos en aprender palabras que se relacionan con ellos como "nariz", "ojos" y "orejas". No espere oraciones demasiado pronto. Usualmente éstas no aparecen hasta los 2 ó 3 años.

Entre los 2 y 3 años, su niño(a) también aprenderá a usar el baño. Controlarse para ir al baño no es una tarea fácil y es difícil predecir cuándo cada niño(a) dominará la destreza. Sea paciente. Su niño(a) quiere complacerlo, pero no puede controlar esta

función hasta que ambos, el cuerpo y la mente, estén listos.

Muchos aspectos de su niñez son evidentes entre los 1 a 3 años de edad. Los juguetes especialmente aquéllos que pueda empujar, tirar, martillar, amontonar y enrollar son divertidos e importantes en el desarrollo motor y la coordinación. Los niños de esta edad también disfrutan del ruido, les gusta oírlo y hacer ruido, y responden alegremente cuando juegan con instrumentos musicales, bailan al son de la música, tiran ollas y cacerolas, y cantan juegos y rimas.

Ahora, la conexión o el lazo afectuoso que siente su hijo(a) hacia usted es muy fuerte. El miedo que sentía entre los 6 y los 12 meses cuando veía la cara de un extraño puede volver a aparecer entre los 2 y 3 años. Durante este tiempo, el apego puede aumentar y puede expresarlo de una manera



*Adquiriendo
independencia*

demandante. A veces, este vínculo puede acenturarse más durante la edad de los “terribles dos años”, donde su bebé quiere toda su atención, “se mete en todo” y le gusta usar la palabra “¡no!” A los 2 años, su hijo(a) es una persona bien ocupada, donde está aprendiendo los límites y se está tratando de comunicar.

Durante estos años su hijo(a) empieza a percibirse más claramente como niño o niña. Su niño(a) aprenderá a reconocer su género por las experiencias y ejemplos que usted, sus amigos, y sus juguetes provean, y por las ideas que él/ella tenga. Los científicos piensan que lo que nos hace sentirnos masculinos o femeninas proviene de las experiencias en nuestras vidas y de nuestra composición genética. Su hijo(a) le hará conocer qué tipo de niño o niña será.

Los niños entre las edades de 1 a 3 años tienen muchas tareas por completar. Durante este tiempo su crecimiento y desarrollo es muy importante para el futuro. Préstele atención y háblele a su hijo(a). El trabajo desafiante de ser padre/madre ya ha empezado.

Tareas Importantes en el Desarrollo de un Niño(a) Pequeño(a) (1 a 3 años)

—*Convertirse en una persona única con una auto-imagen positiva.*

—*Explorar con progresiva independencia un mundo más grande. Mejorar la habilidad de hablar, caminar y utilizar las destrezas de coordinación y las destrezas motoras finas.*

—*Desarrollar la memoria.*

—*Empezar a desarrollar el auto-control.*

Actividades Normales y Características

Aprende a caminar, correr, subir y bajar las escaleras, y subirse a los muebles.

Demuestra estar muy activo cuando se le está cambiando el pañal o la ropa.

Disfruta de empujar y tirar cosas mientras camina.

Desarrolla la coordinación entre los ojos y las manos y las destrezas motoras finas. (Esto significa que su hijo(a) usa mejor los dedos para agarrar y mover las cosas).

Empieza a alimentarse solo(a) con una cuchara y puede sostener una taza. A veces juega y tira la comida. Puede negarse a abrir la boca cuando se le ofrece comida. Puede comer poco.

Puede irse corriendo y puede ponerse ropa simple (pero no puede abotonarse, abrocharse y usar cremalleras).

Después de los dos años, empieza a controlar los movimientos intestinales, especialmente durante el día. Usualmente el control de los intestinos ocurre antes que el control de la vejiga.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Permita que su niño(a) explore la casa o apartamento con su supervisión. Enseñe a su bebé cómo subir con cuidado sobre los muebles. Los niños se caen algunas veces. No se preocupe por una “pequeña” caída. Consuele a su hijo(a), pero no “ahogue” su desarrollo saludable sobreprotegiéndolo. Esté presente para guiar y apoyar la curiosidad de su hijo(a).

Enseñe a su hijo(a) a subir las escaleras, incluyendo cómo bajarlas. Observe con cuidado sus primeros intentos. La instalación de verjas de madera en la parte de abajo y de arriba de las escaleras ofrece alguna protección.

Cámblele el pañal a su hijo(a) cuando esté parado o cuando esté acostado en una superficie plana. Nunca lo golpee. Usted no necesita enseñarle quién es el jefe.

Provéale a su hijo(a) juguetes que él pueda empujar y halar ya que esto ayuda a su hijo(a) a balancearse.

Provéale bloques o cajas vacías para que las amontone, un tablero perforado donde pueda introducir fichas, juguetes con agujeros, un equipo de herramientas de plástico, o un juego de martillo y clavos plásticos o de madera.

La hora de comer presenta otra oportunidad para que su hijo(a) demuestre su deseo de independizarse. ¡Sea paciente! Mientras su hijo(a) aprende a usar la taza y la cuchara, habrá muchos regueros durante las comidas. Un babero grande y periódicos debajo de la silla ayudarán a mantener el área más limpia.

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres/Madres*

No se preocupe por la cantidad de comida que su bebé coma. Retire la comida cuando su niño(a) la rechace. Si trata de forzar a su niño(a) a comer, esto puede causar problemas para comer más tarde. Estudios han demostrado que los niños pueden y escogen alimentos que son buenos para ellos.

Actividades Normales y Características

Quiere ser independiente.

Necesita el calor humano, la seguridad y la atención especial de un adulto.

Continúa aprendiendo a confiar.

Puede chuparse el dedo para sentirse seguro y relajado.

Puede empezar a tener rabietas.

Puede enojarse cuando alguien interfiere en sus actividades.

Todavía no está listo para expresar sus deseos y sus necesidades en palabras, así que se siente frustrado.

Es sensitivo a la tensión que siente a sus alrededores.

Cómo Tratar con los “Terribles Dos”

Fije límites, especialmente cuando su hijo(a) está bajo tensión o muy excitado. El instinto normal de un niño(a) es volver a actuar como bebé temporalmente. El o ella responderá cuando usted combina el ser firme con el calor paternal/maternal. Por ejemplo, si su hijo(a) se frustra cuando no puede construir una torre de bloques, o cuando lo hace se excita y empieza a tirar bloques con alegría, simplemente álcelo a su hijo(a), siéntese con él en una mecedora, abrácelo y háblele o cántele una canción suave. No tiene que decirle nada (No le diga, “Recoge los bloques inmediatamente o yo ...”). Usted está enseñando a su bebé cómo tranquilizarse y controlarse.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Asegúrese de que un adulto(a) que sea cuidadoso y muy especial cuide a su niño(a) cuando usted no pueda hacerlo.

Responda a las necesidades de su niño(a) con calor humano.

Ignórelo cuando se chupe el dedo. Esta es una manera que el niño(a) usa para tranquilizarse o “relajarse”. Todos los niños eventualmente dejan de hacerlo. A veces, cuando un niño(a) deja de chuparse el dedo puede volver a hacerlo si algo le da miedo o algo malo pasa. (Chuparse el dedo no causa ningún daño a los dientes del bebé, pero puede causar problemas en la forma de la boca o los dientes a los 5 ó 6 años).

No acceda a las demandas de su hijo(a) si le dan rabietas. Pero tampoco le pegue o lo castigue. Probablemente su hijo(a) está frustrado, muy cansado o bajo mucha tensión. Para calmar a su hijo(a) puede tratar de distraerlo: abrazándolo, cantándole, meciéndole o hablándole.

Acepte que su hijo(a) se enoje sin usted enojarse. Es normal que un niño(a) se sienta enojado y a veces necesite expresarlo, especialmente hasta que aprenda otras maneras de manejar los problemas. Sentirse enojado *no* es un reto a su autoridad como padre/madre.

Aprender a controlar los enojos es una destreza importante que le va a tomar tiempo a un niño(a) adquirir. Su hijo(a) aprenderá más rápido si usted no se enoja.

Modifique el ambiente para reducir la necesidad de interferir con las actividades de su niño(a).

Actividades Normales y Características

Sea muy paciente cuando su hijo(a) no pueda expresarse muy bien. Trate de interpretar y de entender lo que él desea, sus puntos de vista, sus necesidades y su humor. Es difícil, pero vale la pena si trata.

Mantenga la vida de su hijo(a) lo más simple y segura posible. Asegúrese de que su hijo(a) descansa y que se alimente a las horas regulares. No discuta en presencia de su hijo(a), ya que esto puede afectarle. Limite el número de adultos ajenos con los cuales su hijo(a) tenga que lidiar en el hogar.

Trate de reducir las tensiones en la vida que usted lleva. Busque una niñera de confianza y competente para que usted tenga algún tiempo libre sin su hijo(a).

Actividades Normales y Características

Disfruta cuando interactúa con adultos en la familia, tales como parientes y amigos de la familia.

Imita y copia la conducta social.

A veces muestra una conducta exigente, agresiva e independiente. Pero algunos niños no lo demuestran. Hay una variación normal de la agresividad a la timidez. Algunos niños pueden comportarse diferente en una misma situación pero en sitios distintos.

Le gusta estar con la familia durante las horas de la comida.

Disfruta cuando ondea la mano y dice “adiós”. Puede decir “adiós” antes de decir “hola”. A esta edad los ojos y su sonrisa expresan que usted es bienvenido(a), expresiones que no puede decir en palabras.

Disfruta jugando solo pero *no juega bien con otros niños de la misma edad*. Sin embargo, le encanta jugar con otros niños mayores que él. Si alguien lo supervisa puede jugar amigablemente con otro niño(a) de su edad.

Es posesivo con sus juguetes y su ropa. Bajo ninguna condición comparte sus juguetes y la ropa con otros. El niño(a) no es egoísta. Ser posesivo(a) es una señal de que el niño(a) está consciente de sí mismo(a). Por ejemplo, usted puede enseñarle a compartir cuando sea más grande.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Para la seguridad de su hijo(a), establezca límites claros, pero permita que desarrolle libertad dentro de los límites establecidos. Los límites ayudan al niño(a) a evaluar su campo de acción.

No se preocupe si su hijo(a) es tímido(a). Puede ser que él/ella sea así. También puede ser que esté aprendiendo un comportamiento nuevo. Puede ser una reacción temporal a una situación abrumadora .

No trate de enseñarle modales en la mesa a un niño(a). Su niño(a) aprenderá más tarde imitándolo a usted.

Modele ante su hijo(a) la conducta que usted quiere que su hijo(a) aprenda y que mantenga. La imitación reenfuerza el aprendizaje positivo. Por ejemplo, mueva su mano y repita “adiós”, diga “gracias” y otras palabras mientras su hijo(a) las vá aprendiendo.

Déle a su niño(a) pequeño(a) teléfonos de juguete, ropas de salir y muñecos que representen bebés para que juegue. No pretenda que su hijo(a) se siente y juegue con un juguete por más de unos minutos.

Observe a su hijo(a) desde la distancia cuando juegue con otros niños o al lado de otros niños. Cuando los niños pelean, pueden resolver el problema sin su ayuda. Usted no tiene que intervenir todo el tiempo.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Si siente que los niños necesitan su ayuda para resolver un problema, trate de no darle la razón al niño(a) más pequeño todo el tiempo. Escuche a cada uno y trate de ayudar a los niños mayores a entender que los niños pequeños necesitan más ayuda. Los niños pequeños no necesitan tratamiento especial porque son pequeños. Ellos también pueden portarse mal.

Aprender a compartir es difícil. El niño(a) necesita aprender el intercambio en la vida familiar. A veces, usted tiene que ayudar a su hijo(a) a que comparta cosas con otros niños. Otra solución es que si otros niños vienen de visita, dígales que traigan sus propios juguetes. Su hijo(a) está aprendiendo a desarrollar el orgullo de la propiedad, a veces puede parecer "egoísta". Pero acuérdesese que esto no dura toda la vida.

Actividades Normales y Características

Usa frases de una palabra como: “No”. “Va”. “Abajo”. “Zapato”.

Para el segundo cumpleaños puede unir dos o tres palabras.

A los 2 años, usa pronombres como “yo” y “mi”.

Le gusta las canciones simples y las rimas.

Puede señalar y nombrar las partes de su cuerpo y objetos familiares.

Entiende direcciones cuando se las da en palabras simples.

Muestra curiosidad y le gusta explorar. Puede meter un dedo en un agujero.

Aprende usando todos los sentidos.

Puede reconocer objetos, animales y personas en fotografías.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Repita y contéstele a su hijo(a) en frases de una palabra. Si su lenguaje es difícil de entender, sea muy paciente. Pídale a su hijo(a) que señale lo que está tratando de decir. Después diga la palabra claramente para que su hijo(a) pueda imitarlo.

Léale o recítele poesía infantil. Cántele o tóquele canciones que tengan mucha repetición y palabras que sean interesantes para su hijo(a). Su hijo(a) aprende mucho cuando repite sus rimas favoritas, cuentos simples y canciones aunque usted se canse de ellas.

Háblele a su hijo(a) a menudo. Diga los nombres de los objetos que él/ella ve a menudo y usa. Háblele acerca de actividades. Cuando bañe y vista a su hijo(a), diga los nombres de las partes de su cuerpo.

Asegúrese que el área donde juega sea segura. Entonces permita que su hijo(a) explore. Cubra los enchufes que están al alcance de su hijo(a) con un plástico especial para ese propósito.

Déle a su hijo(a) “juguetes” con diferentes texturas, colores y formas—cacerolas y ollas pequeñas de diferentes formas, vajillas de plástico, bloques de construcción, bolas, animales pequeños de goma o de plástico duro, muñecas pequeñas, carros de madera.

Háblele sobre el tamaño de los objetos: “Esto es una bola grande. Esto es una bola pequeña”. Háblele sobre las texturas y los colores de las cosas, su tamaño y peso, si son claras u oscuras. Estos son conceptos importantes que debe enseñarle a su hijo(a).

“Consecuencias Lógicas”

Háblele sobre cómo y por qué pasan las cosas. Esto es una parte muy importante de ser padre/madre. Las consecuencias lógicas son una manera de pensar y explicar las cosas. Por ejemplo, puede decirle a su hijo(a), “Si pones la mano en la estufa caliente, te vas a quemar los dedos”. Es muy importante que su hijo(a) establezca una conexión de “causa y efecto” hasta de las cosas más simples. Esto ayuda a que los niños entiendan cómo resolver problemas cuando sean mayores.

Actividades Normales y Características

Es sensitivo cuando se trata de aprobación y desaprobación. No puede controlar su enojo o terquedad.

Las normas y los límites de conducta provienen de padres.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Trate de ser paciente con la conducta que a usted no le gusta ver o tiene que soportar. ¡Hasta los niños que han experimentado rabietas alrededor de los 2 años son buenos niños cuando crecen! Las rabietas indican frustración, porque en la mente del niño(a), éste se imagina que puede hacer mucho más de lo que las manos, las piernas y la lengua pueden hacer.

Siempre alabe a su hijo(a) cuando se comporte de la manera que a usted le gusta.

Trate de ser sensitivo, firme y consistente. Más tarde puede decirle calmadamente, “No me gustó que Sam gritara”, o “A mí me gusta cuando Sam no grita”.

No espere que su hijo(a) haya aprendido las reglas y haga lo que usted quiere porque se las ha dicho una vez. Los niños pequeños tienen una memoria corta. La mayoría de las cosas se las tiene que decir una y otra vez.

No necesita usar expresiones tales como: “¡Eres malo(a)!” Un niño(a) de esta edad no piensa, “Bueno, hoy voy a volver a mi mamá loca y voy a ser malo(a)”. Si usted es consistente y disciplina de una manera calmada y firme, y si su hijo(a) la quiere, entonces puede ayudarlo a desarrollar *la consciencia*. Todos los niños que son queridos desarrollarán una *consciencia*.

Tareas del Desarrollo de Niños en Edad Preescolar

3a5
años

Si usted piensa en alguna otra cosa durante estos años tan importantes recuerde esto: ¡su niño(a) preescolar es aprender, aprender, aprender! Aunque su hijo(a) no haya asistido a un programa de Head Start, una escuela preescolar, un centro de cuidado diurno u otro programa formal, él/ella usará este tiempo para aprender sobre sí mismo(a) y el mundo a su alrededor de maneras que nosotros no entendemos completamente.

Sin embargo, lo que sí sabemos es que los niños preescolares no necesitan el alfabeto y los números para demostrar que son sumamente inteligentes, creativos e innovadores en resolver problemas. Piense en el trabajo básico que un niño(a) preescolar hace durante estos años: aprender a controlar las funciones del cuerpo (cuándo tiene que usar el baño, cuándo tiene que caminar, pararse y correr, cuándo va a dormir y cuándo no quiere tomar una siesta); aprender a hablar; aprender sobre lo que es y lo que no es seguro; dónde ir a buscar consuelo y ayuda; cómo jugar y completar diferentes actividades. También aprenden sobre la diferencia entre los hombres y las mujeres, la familia y los extraños.

Muchos niños preescolares desarrollan su verdadera personalidad durante estos años. Estos niños increíbles nos dicen de miles maneras lo que les gusta y lo que no les gusta, si están de malhumor, si son cómicos o serios, lo que les fascina y los excita, lo que los aburre, lo que los asusta y lo que los hace felices.

Los niños pequeños son descubridores y científicos, inventores y maestros. Su curiosidad intensa acerca de su mundo a veces le pondrá a usted un poco nervioso(a). Mientras van adquiriendo lenguaje y su vocabulario aumenta y es más complejo, las

palabras que a menudo oírán incluyen “¿Por qué?” “¿Qué?” “¿Quién?” “¿Dónde?” y “¿Cuándo?”. Responda a las preguntas que pueda, y busque las respuestas a las otras preguntas en la biblioteca, en la calle y en el vecindario. Su niño(a) preescolar es inteligente. Usted también lo es.



Aprender a aprender.

***Tareas Importantes del
Desarrollo de Niños
(3 a 5 años)***

—Desarrollar en una persona positiva y única explorando su mundo, mejorando sus habilidades de comunicación, experimentando las reacciones de otras personas, usando la memoria, aprendiendo a auto-controlarse.

—Separar los pensamientos de los sentimientos mediante opciones conscientes, aceptar los límites, encontrar soluciones a los problemas simples.

—Aprender a distinguir entre lo que es fantasía y lo que es realidad.

—Llegar a estar cómodo con todas las partes del cuerpo y con el género (niño-niña).

Todavía falta tiempo para que su hijo(a) asista al Kindergarten. No se apresure. Aprender sobre la comida, el caminar, la gente, los muebles, juguetes, pájaros y perros, las casas y los apartamentos, el subterráneo (subway) y los carros, y sobre otros niños y adultos es suficiente para su niño(a) preescolar. Es mucho trabajo para usted también. Pero hay maneras de lograr que el aprendizaje sea divertido.

¡Nunca sabe lo que usted también puede aprender durante estas experiencias!

Actividades Normales y Características

Corre, salta, pateo, se balancea, tira una pelota, anda en puntas, se para en un pie, brinca.

Empieza a subir escaleras, manejar un triciclo y juega al balancín o columpio.

Trata casi cualquier cosa (a menos que sea muy tímido o haya sido bastante restringido).

Es muy activo. A los niños de cuatro años les gusta jugar rudamente.

Le gusta pasear y desaparecer de la vista de los adultos.

Le gusta jugar con agua, arena, barro y pintura para los dedos.

La coordinación de los músculos finos está aumentando. Puede construir una torre de aproximadamente 6 bloques. Cuando pinta o dibuja, usa movimientos hacia arriba y hacia abajo, hacia los lados y en movimiento circular.

Puede comer con una cuchara. A los 4 años puede usar un tenedor.

Aprende a vestirse por sí solo(a), pero todavía no puede atarse los zapatos o abotonarse y subirse la cremallera. Le gusta escoger la ropa que se va a poner.

Aprende primero a controlar los intestinos. A los 4 años puede mantenerse seco todo el día. Mantenerse seco toda la noche es más difícil y no se debe forzar. Cuando el niño(a) siente y tiene la necesidad de ir al baño, él/ella aprende a hacerlo.

Está muy interesado en las partes del cuerpo y sus funciones.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Trate de encontrar suficiente espacio dentro y fuera de la casa para que su hijo(a) juegue. Busque un parque y lleve a su hijo(a) regularmente.

Una piscina de poca profundidad donde su hijo(a) pueda caminar (si hay una en su vecindario) es un lugar maravilloso para los niños de esta edad.

Permita que su hijo(a) use equipos para jugar para los que esté listo y supervíselo cuidadosamente.

Si es posible, provéale una pelota, un cubo y una pala y un juguete pequeño para que él/ella se monte.

Si hay un centro de cuidado diurno en una iglesia o en otro sitio de su vecindario, lleve a su hijo(a) de 3 años por lo menos 3 días a la semana. Si su hijo(a) no puede tener cuidado diurno supervisado, a lo mejor usted puede compartir el cuidado del niño(a) con otros padres.

Permita que su hijo(a) use ropa vieja y que a veces se ensucie y se moje.

Además de los juguetes previamente mencionados, trate de darle a su hijo(a) lo siguiente: una caja pequeña, lápices de pintar grandes (no tóxicos), papel, bloques, un rompecabezas de 4 a 6 piezas (para niños pequeños) o más (para niños de 4 ó 5 años), una marioneta de mano, un instrumento musical de juguete simple (xilófono o tambor), letras del alfabeto y números magnéticos que se puedan pegar en la nevera, la estufa o sobre una tabla especial magnética. ¡Y no se olvide de los libros!

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres/Madres*

Permita que su hijo(a) se alimente por sí mismo(a) y que vaya al baño solo(a)—si está listo(a). No le regañe si ocurre un pequeño accidente. Su hijo(a) se puede olvidar de las cosas si tiene un interés intenso en jugar durante el día.

Conteste las preguntas que él/ella le haga sobre las partes del cuerpo brevemente, simplemente y sinceramente.

Actividades Normales y Características

Continúa exhibiendo algún tipo de conducta negativa y terca después del segundo cumpleaños. Sin embargo, mientras más actividades su hijo(a) domina, se porta más razonable; el niño(a) se siente con más control de su cuerpo, y se le permite tomar decisiones simples sobre la ropa y los juegos.

Expresa diferentes emociones—se ríe, chilla, llora fuerte, le dón rabietas por cualquier cosa.

Desarrolla miedos nuevos, a la oscuridad, los ruidos no familiares o cosas asociadas al peligro: las sirenas de los carros de bomberos, ambulancias, carros de policías, pistolas. Le puede tener miedo a los perros. Todavía puede tenerle temor a separarse de la mamá.

Responde bien cuando se le alaba apropiadamente - las alabanzas que el niño(a) se las haya ganado.

Es sensitivo sobre los sentimientos de otras personas hacia él/ella.

Desea intensamente demostrar su independencia.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Ríase con su hijo(a). Permita que su cara y los comentarios que usted haga reflejen las emociones de felicidad y de excitación de su hijo(a). (“¡Ooh-ee! qué divertido es columpiarse”).

No es bueno que su hijo(a) se preocupe de que va a ser “castigado”. Esto puede causar que se porte “peor” para molestarlo(a) a usted. Esto no ayudará a que su hijo(a) se controle.

Use una voz firme al disciplinar a su hijo(a), diga el nombre de su hijo(a) y establezca contacto con sus ojos. No hay necesidad de gritar, pero muchos padres gritan de vez en cuando porque están cansados y frustrados. Algunos niños cuando son bien tercos, especialmente a los 4 años, responden bien cuando se les bromea o fastidia ligeramente. Aún niños pequeños necesitan una manera de salir de una situación sin ser avergonzados.

Se le olvidará hablar de los miedos, como los miedos a los perros o a la oscuridad. Use una luz de noche que no sea cara o deje una luz prendida hasta que su hijo(a) se duerma.

Explíquelo sobre las diferentes sirenas que puede que oiga en el vecindario. Puede decirle que la gente grande hace esos ruidos cuando van a ayudar a alguien.

Los miedos a los problemas reales que están fuera de su alcance son difíciles de resolver. Si en su vecindario se oyen tiros, si hay personas atemorizantes o hay crimen, trate de asegurarle a su hijo(a) que usted (u otro adulto(a)) están ahí para protegerlo(a).

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle seguridad cuando esté aprendiendo una destreza nueva. Alábelo cuando lo “haga bien”.

Si un niño(a) mayor está molestando a su hijo(a) sin ninguna razón, usted debe de intervenir.

No se preocupe si su hijo(a) a veces se comporta mal y molesta a otros. Su hijo(a) sobrepasará este tipo de conducta. Ignore a aquellos adultos que tienen expectativas irracionales de que a la edad de su hijo(a) “siempre se tiene que portar bien”. En el centro de cuidado diurno, observe cómo las maestras interactúan con otros niños. Nunca deje a su hijo(a) con niñeras que usen abuso verbal, que le peguen o que lo ridiculicen.

Actividades Normales y Características

Disfruta cuando escucha un cuento y mira los dibujos en el cuento.

Imita e intenta tomar parte en las actividades de los adultos—lavar los platos, limpiar los pisos, usar cosméticos, sombreros, zapatos y joyas.

Está todavía demasiado joven para entender el concepto de “esperar su turno”. Alrededor del cuarto cumpleaños demuestra interés en jugar con otros. Empieza a jugar en grupos. Le gusta cantar y bailar con otros niños y adultos en un círculo grande. Le gusta estar acompañado, pero todavía no está listo para jugar con otros niños en juegos competitivos.

Disfruta al participar con otros niños en actividades organizadas por la iglesia, la mezquita, la sinagoga, o en ceremonias en grupos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle a su niño o niña la oportunidad de ayudarlo con los quehaceres de la casa. Lavar los platos, recoger y botar papeles a la basura, recoger juguetes y guardarlos, y poner la mesa, todas estas son tareas simples que su niño(a) preescolar puede hacer.

Permita que su niño o niña se vista con ropas viejas de hombre y mujer.

Permita que ambos niños y niñas jueguen con muñecas, camiones y carros. Cada juguete le da la oportunidad a su niño(a) de aprender algo nuevo sobre el mundo que le rodea, también sobre cada uno de ellos. Está bien si los niños quieren jugar solamente con los niños, y las niñas quieren jugar solamente con las niñas, o cuando los niños quieren jugar con las niñas. Estas experiencias ayudan a su hijo(a) a desarrollar el sentido de “niño” o “niña”.

Si su hijo(a) es tímido, no lo obligue a que juegue con otros. Algunos niños son “observadores” hasta que sean más grandes. Algunos niños que son tímidos tienden a concentrarse en una actividad que les gusta mucho—como libros, rompecabezas, música.

Alrededor de los 3 años, es probable que su hijo(a) esté listo para asistir a las clases dominicales, sabatinas o de los viernes, en la iglesia, la mezquita o el templo al que usted asiste.

**Actividades Normales
y Características**

**Convertirse en un Niño
o en una Niña**

Aproximadamente a los 4 años de edad, los niños se dan cuenta de las diferencias de cómo actúan los hombres y las mujeres. Debido a que en Norteamérica, tanto los hombres como las mujeres trabajan en el hogar y fuera del hogar, es bueno y saludable para ambos, los niños y las niñas, que exploren actividades como jugar a la "oficina", a la "casa", y a las "mamás" y los "papás". Usted puede ayudar a sus niños a entender que los hombres y las mujeres pueden hacer cualquier cosa. Déle juguetes de herramientas, muñecas, camiones, ollas y cacerolas, carrito de supermercado, trajes y ropa para que jueguen a vestirse y otros juguetes. Puede ayudar a sus niños a darle forma a sus sueños ("¿Qué vas a ser cuando seas grande?") con los juguetes e imágenes que usted le presenta durante esta edad temprana.

Actividades Normales y Características

Habla más y en oraciones completas.

Le gusta “escribir” (imitar la escritura) haciendo garabatos con un lápiz o un lápiz de color.

Empieza a aprender los números y puede contar algunos números en secuencia.

Entre las edades de los 3 y 4 años, le empieza a gustar pintar con los dedos y jugar con barro y plastilina.

Empieza a aprender una melodía. Disfruta de los tambores de juguete y otros instrumentos musicales.

Alrededor de los 4 años, puede memorizar rimas, parte de canciones, y una o dos páginas de libros fáciles de leer. Reconoce libros por las cubiertas y puede decir los títulos.

Usa la imaginación y le gusta simular juegos, especialmente le gusta jugar a los adultos y a los héroes: mamá, papá, bombero, astronauta. Empieza a controlar los temores que le tiene a los doctores y a los “monstruos”, pretendiendo que es una bruja, un doctor, un duende o personajes que ve en los programas de televisión para niños.

A esta edad son bien curiosos. Hacen muchas preguntas.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Provéale a su hijo(a) un lápiz grueso, lápices de color y papel. Enséñele a no “escribir” o dibujar excepto en un papel.

Espere de un niño(a) de 3 años que sea activo y que su atención sea corta (de 3 a 10 minutos). Algunos niños se sentarán quietos y mostrarán mucha concentración—por ejemplo, cuando estén escuchando un cuento o coloreando. Ayude a su hijo(a) a desarrollar las destrezas de atención mostrándole un juguete a la vez y proveyéndole un “espacio” tranquilo para jugar.

Infórmese en su comunidad si ofrecen clases de arte gratis o si el museo provee materiales de arte y clases para niños pequeños. Pregunte en la comunidad dónde se ofrecen clases de baile, música en grupo y gimnasia para niños de 4 años.

Preséntele a su hijo(a) conceptos científicos simples haciendo experimentos como hacer hielo, sembrar semillas o mantener un insecto en un pote. Algunos niños simplemente disfrutan de explorar la grama o el césped alrededor de la casa o el apartamento.

Practique contar con todo género de cosas: latas en el supermercado, autobuses, dedos de la mano y dedos del pie, libros, tazas y barras de jabón.

No se moleste si su hijo(a) habla como un “bebé” al comunicarse con un niño(a) menor. Probablemente su hijo(a) no lo hará cuando no sea apropiado. Empiece a explicarle que se supone que los niños no deben hablar con niños más grandes o adultos que los padres no conocen.

Actividades Normales y Características

Hora de Contar Cuentos

Léale a sus hijos lo más que pueda (leerles antes de la hora de la siesta o a la hora de dormir es una manera de ayudar a su hijo(a) a relajarse). Hágale preguntas sobre las láminas en el libro. Usted puede coger libros prestados de la biblioteca pública. Usualmente, las bibliotecas tienen una "hora de lectura" donde usted puede conocer a otros padres y niños. Es una buena práctica antes de empezar el kindergarten para aprender a sentarse quieto y escuchar un cuento corto.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Déle a su hijo(a) un rompecabezas. Esto le enseñará a observar las diferentes formas—esta es una destreza importante para aprender a leer.

Explíquelo cómo trabajan las cosas simples en la casa.

Cada uno de sus niños necesita tiempo especial para hablar con usted. Conteste las preguntas que su niño(a) le haga honestamente y ayúdele al niño(a) a expresar sus sentimientos e ideas en palabras escuchándole cuidadosamente. Se necesita poner mucho esfuerzo, especialmente si está ocupado con el trabajo u otros niños. Pero ayuda cuando uno escucha y habla.

Actividades Normales y Características

Quiere portarse bien especialmente si él/ella se siente seguro y es querido. No es lo suficientemente grande para acordarse que se tiene que portar bien todo el tiempo. Todavía demuestra ser “egoísta” y exhibe una conducta egocéntrica, ya que la idea del valor de uno mismo está desarrollándose.

A los 4 años empieza a aprender lo que está bien y mal.

Quiere caerle bien a otras personas. Las opiniones de otras personas son importantes.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Alabe a su hijo(a) a menudo, por buena conducta o sólo por “ser él”. Dígale a su niño(a) “te quiero”. Casi nada vale más para que los niños se sientan importantes y apreciados. Pero no vacile en dejarle saber a su hijo(a) cuando se esté saliendo fuera de los límites, se esté portando mal, cuando sea egoísta o cuando esté molesto.

Acepte la creciente capacidad de su hijo(a) de responsabilizarse con respecto a la promesa de que se “portará bien”. Su hijo(a) no se porta “mal” a propósito. Un niño(a) de 3 ó 4 años es muy pequeño para controlar siempre todas las acciones que le siguen a emociones intensas.

Describale a su hijo(a) aquel comportamiento que significa “portarse bien”. ¡Use palabras que su niño(a) pueda entender! “A mí me gusta cuando recoges los juguetes sin enojarte”. “A mí me gusta cuando me agarras de la mano para cruzar la calle”.

Provea ejemplos de conducta y enséñele a su hijo(a) comportamientos que distingan el bien del mal. Asegúrese de que su hijo(a) vea a los adultos comportándose “bien”, y no haciendo cosas “malas” o que puedan herir a otros o a ellos mismos.

Tareas del Desarrollo de Niños en Edad Escolar

5a8
años

Su hijo(a) está listo para entrar a uno de los ambientes más estructurados de su vida: la escuela. Como en el hogar, su hijo(a) jugará, trabajará, comerá y dormirá en la escuela. Pero la escuela es una institución grande y diferente de la familia, la escuela no siempre tendrá éxito en satisfacer las necesidades de su niño(a). La escuela no sustituirá el papel de padre/madre. Su hijo(a) todavía necesita de usted.

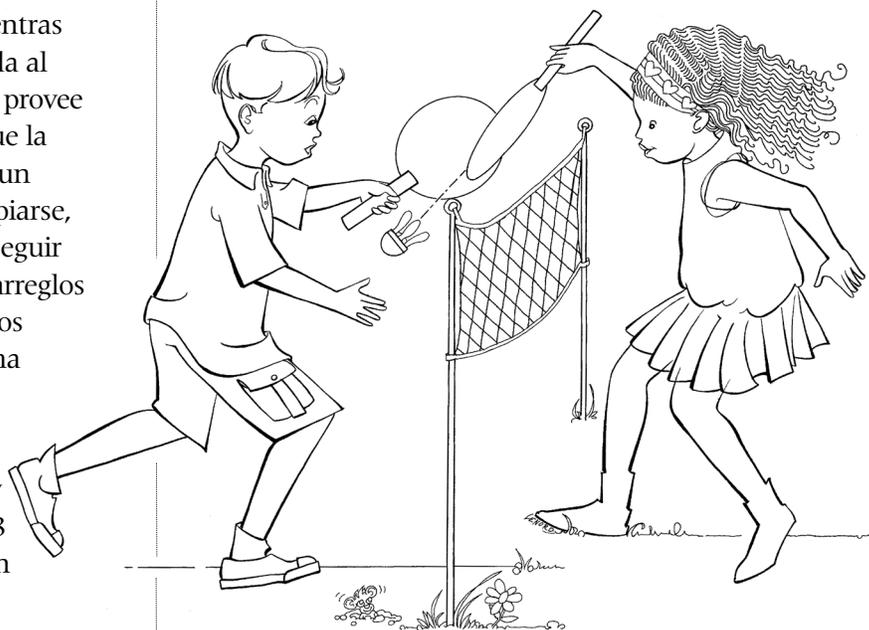
En la escuela su hijo(a) no solamente aprenderá las destrezas básicas de leer, escribir y las matemáticas, sino que también aprenderá diferentes valores de la vida, actitudes e ideas sobre la disciplina, estudiar, trabajar, competir, negociar y cooperar. La escuela es un lugar donde su niño(a) encontrará un grupo grande de personas con autoridad y un salón de clases con una variedad de personalidades.

Cuando sus hijos asistan a la escuela, las cosas cambiarán tanto para sus hijos como para usted. Uno de los cambios más radicales es la “administración del tiempo”. Mientras que algunos padres le dan la bienvenida al control y a la estructura que la escuela provee a sus hijos, ellos también reconocen que la escuela a veces les controla a ellos. De un momento a otro, la ropa tiene que limpiarse, hay que preparar almuerzos, hay que seguir el horario del autobús escolar y hacer arreglos para cuidarlos después de la escuela. Los niños tienen que acostarse a una misma hora todos los días. Por lo tanto, usted también lo debe de hacer.

Es maravilloso observar la curiosidad y la energía que tienen los niños de 5 a 8 años. Mientras que la escuela ofrece un ambiente de aprendizaje, también los expone a una cantidad increíble de información nueva que a lo mejor su hijo(a)

nunca ha visto. Los mapas, los microscopios, la gimnasia, los días de fiestas, el juramento a la bandera y los proyectos de arte son muchas de las actividades que su hijo(a) disfrutará. Los niños de otras culturas inspirarán preguntas en el salón de clases sobre la historia, los modales, las celebraciones, los valores de la comunidad, el idioma y las relaciones familiares.

Durante estos años, es muy importante hacer amistades y jugar con otros niños. Estas actividades ayudarán a su hijo(a) a desarrollar destrezas en las “relaciones humanas” las cuales son necesarias a través de la vida. Su hijo(a) aprenderá a resolver conflictos y a trabajar en equipo cooperativamente en la escuela. El espíritu de cooperación que se aprende durante estos años es una destreza que dura toda la vida y más tarde puede contribuir a desarrollar éxito personal. Además, mientras su hijo(a) crezca puede ayudarle a desarrollar la destreza de



*Expandiendo la mente;
expandiendo horizontes*

desarrollar relaciones con otros niños y adultos en la escuela. A través de la escuela es que se desarrolla la base para formar lazos con amigos, compañeros de trabajo, parientes, socios y otros niños. Durante los años escolares primarios, su hijo(a) y usted deben “alejarse” el uno del otro. Su hijo(a) todavía quiere estar con usted, pero estará fuera de su control durante varias horas del día. Trate de conocer a los maestros de sus hijos. Las maestras también quieren conocerlo a usted. Cuando reciba la “primera carta de la maestra”, se sentirá más cómodo si habla con alguien que conoce. Esto hará su trabajo más fácil si habla con ellos sobre sus preocupaciones y los eventos más importantes que ocurren en su casa. El comportamiento de su hijo(a) en la escuela y en la casa tiene que ver con lo que está pasando en ambos sitios.

Su hijo(a) necesitará su ayuda y atención para poder tener éxito en los próximos años. El/ella luchará con nuevas tensiones y se excitará con las nuevas experiencias. Ayude a su hijo(a) a distinguir las cosas buenas de las malas. Preste atención a los logros que su hijo(a) obtenga en la escuela. Alabe a su hijo(a) de vez en cuando y ayúdelo a que desarrolle conciencia en la escuela. La escuela será parte de la vida de su hijo(a) por muchos años más. La buena preparación desde su temprana edad hará del aprendizaje una experiencia placentera para usted y su hijo(a).

***Tareas Importantes del
Desarrollo para Niños
en Edad Escolar
(5-8)***

—*Desarrollar un sentido de logros poniendo en práctica la habilidad de aprender y aplicar las destrezas, compartir con los amigos, la competencia, el autocontrol y la madurez física.*

—*Desarrollar la habilidad de pensar y planear con tiempo suficiente más de un paso a la vez. Poder lidiar con la separación del hogar y la familia mientras está aprendiendo cómo el mundo trabaja.*

—*Aceptar a otros adultos como personas con autoridad. Desarrollar sentimientos de compasión hacia otros y la habilidad de relacionarse socialmente con grupos más grandes de niños y adultos.*

Desarrollo Físico

Actividades Normales y Características

Se sabe bañar, vestir y desvestir. Puede que sepa cómo amarrarse los zapatos.

Puede ser que no vea de lejos, condición común temporera que puede interferir con la coordinación entre los ojos y las manos. El crecimiento repentino también puede afectar la coordinación.

Desarrolla el gusto a las comidas que le gusta y no le gusta. Puede que sea selectivo o que coma desproporcionadamente—por ejemplo, mantequilla de maní o dulces. Puede quejarse de dolores de estómago. Si está muy activo puede que tenga mucho apetito.

Puede tartamudear o cecear si está cansado, nervioso o excitado.

Probablemente, los niños de ocho años (o más jóvenes) se masturben. De vez en cuando se les debe recordar que masturbarse es un comportamiento que se hace en privado. Cuando un niño(a) le presta atención a sus genitales, ésta es una buena oportunidad para introducirle el concepto de las “partes privadas”—cuándo es apropiado tocarlos y a quién se le permite hacerlo.

Alrededor de los 6 años, el niño(a) puede demostrar mucha energía, desarrollar hábitos nerviosos físicos y llegar a ser muy inquieto (menearse, torcerse en las sillas, saltar para correr).

Generalmente, puede ir al baño solo, pero puede mojarse accidentalmente o ensuciarse cuando está enojado, excitado o enfermo.

Después de empezar el kindergarten, probablemente sufrirá de catarros, dolores de garganta y enfermedades contagiosas, ya que se expone a tantos otros niños.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Por ahora no se preocupe si su hijo(a) no ve de lejos—pero si ésta o cualquier condición de la vista perdura, deje que los ojos de su hijo(a) sean examinados en la escuela o en la clínica que usted visita.

Ignore los problemas de alimentación y de la comida a menos que éstos continúen por más de tres meses. Si forza a su hijo(a) a que coma alguna comida en particular puede que ésta le deje de gustar. Sin embargo, continúe ofreciéndole comida que sea nutritiva. Sirva los vegetales crudos y córtelos ya que a muchos niños les produce “náusea” comer los vegetales cocinados.

Recuerde que la mayoría de los niños sobrepasan el tartamudeo y el ceceo. Pero si esto persiste, consulte con la enfermera de la escuela o la terapeuta del habla.

Sea paciente. Un niño(a) que deja salir su energía “sentándose” al revés en una silla, brincando y demostrando inquietud es una señal de energía nerviosa. Ayude a su hijo(a) a interesarse en otras actividades como el ejercicio, programas deportivos, clases de bailes o juegos de patios que sean organizados.

No avergüence a su hijo(a) si se orina o defeca accidentalmente. Eventualmente, todos los niños crecen y se mantienen limpios. Si su hijo(a) moja la cama durante la noche, ofrézcale menos líquidos entre la hora de cenar y dormir.

Actividades Normales y Características

Entre las edades de 6 y 10 años, pierde los dientes primarios y le crecen los permanentes.

Puede correr, saltar y tropezar. Disfruta de los juegos de “pesca pesca”.

Puede copiar su nombre y las letras. Puede dibujar círculos y cuadrados.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Cuando Se Habla de Sexo

Maneje las discusiones sobre el sexo, el comportamiento sexual y los cambios en el cuerpo relacionados al sexo directamente y sin vergüenza.

Identifique las partes del cuerpo y los actos sexuales por sus nombres correctos. Por ejemplo, pene, vagina, senos, masturbación, coito. También puede usar las palabras comunes que usan en su vecindario, porque su hijo(a) las escuchará en la escuela y en la calle.

A veces los niños expresan interés sexual en revistas, libros o películas y pueden decir chistes de mal gusto. A veces decir chistes es una manera efectiva de expresar ansiedad y de buscar información sobre el comportamiento sexual y los cambios físicos del cuerpo.

Enfatícele a los niños y a las niñas que una niña puede quedar embarazada cuando tiene relaciones sexuales.

Investigue si la escuela, el grupo religioso al que usted pertenece o los programas especiales en la comunidad tienen información sobre la sexualidad. Este es un tema muy complicado que es de importancia en la vida de los jóvenes—física, emocional, social y moralmente.

Actividades Normales y Características

A los 5 años es generalmente pacífico, confiable y cooperador. Le gusta complacer a los adultos.

A los 6 años puede ser bien egocéntrico y jactarse (echárce las) mucho.

A los 6 años puede ser terco y querer hacer todo a su manera. Le es difícil aceptar críticas, que se le culpe o aceptar cualquier tipo de castigo. Es común que se rebele emocionalmente (puede sufrir de nuevo de rabietas) quejándose y saliendo corriendo.

Puede ser exigente, rígido y negativo.

Se avergüenza fácilmente. Puede ser que se aleje para solidificar sus ideas. Puede que esté inseguro del lugar que ocupa en la familia, la escuela y otros grupos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Disfrute de su hijo(a) de 5 años, pero no se sorprenda si su hijo(a) cambia alrededor de los 6 años.

Esté conciente de que su hijo(a) que está en primer grado está haciendo un esfuerzo bien grande para adaptarse al mundo de la escuela y al vecindario. Esto puede causarle un trauma emocional. Ya que está tanto tiempo fuera de la casa, su hijo(a) ya no puede contar con la seguridad que le ofrece el hogar, pero si su hogar ha sido un lugar seguro, su hijo(a) podrá hacer el cambio muy bien.

Practique la paciencia y el estímulo. Pero cuando su hijo(a) no se está portando bien, use una voz firme y calmada.

No piense que tiene que hacerle caso a todas las demandas de su hijo(a) o que tiene que responder a todas las quejas. Usted no tiene que oír los comentarios groceros que él haga de usted o de los miembros de la familia. Haga un comentario firme y después deje que su hijo(a) se calme en privado.

Ignore los comportamientos irritantes de su hijo(a) siempre y cuando no le causen daño a otras personas. Es importante que usted no reenforce estos comportamientos con su propio enojo. Los maestros han observado que cuando se le da a los niños cierta "libertad" en el hogar, se comportan mejor en la escuela. Su hijo(a) sobrepasará esta etapa.

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres y Madres*

Escuche a su hijo(a) cuando quiere compartir sus problemas con usted. Cuando esté un poco insoportable, trate de decirle: "Tú estás de tan mal humor que parece que tuviste un mal día". "Yo lo siento mucho, pero tú no puedes hacer lo que tu quieras todo el tiempo. Hay otras personas que también viven aquí". "Tú te estás poniendo más grande y fuerte y más listo todos los días, pero tú no puedes ser el jefe aquí".

Actividades Normales y Características

A los 5 años, juega con ambos niños y niñas, pero probablemente prefiere jugar con niños de su mismo género. Los niños de 6 a 7 años prefieren jugar con niños de su mismo sexo; los niños de 8 años dirían que “odian” a los niños del género opuesto.

A los 5 y 7 años tienden a ajustarse a otros niños y les gusta otros niños con los mismos intereses. Puede quejarse acerca de que la ropa no es igual a la de los otros niños. A menudo se preocupa por las tardanzas o ausencias de la escuela o porque se va a atrasar.

Deja los juegos experimentales y se inclina por juegos que tienen un propósito, usualmente juegos que tienen un resultado.

Forma subculturas especiales con sus propias tradiciones, juegos, metas, valores, lealtades y reglas.

A la edad de 6 años son impredecibles. Pueden ser “mejores amigos” un día y al día siguiente pelean.

Cambia relaciones sociales constantemente. A menudo juega en la escuela y en el vecindario a “vamos a dejarlo afuera” o “no queremos que ella juegue con nosotros”.

Al niño(a) de 6 años no le gusta perder; por lo tanto, acusa a otros de hacer trampa. A los 5 y 7 años están más relajados y cooperan más. A los 8 años tienden ser más competitivos.

Puede ser un chismoso. Puede quejarse sobre la maestra “mala”, cuando la maestra es bien firme y justa con todos los niños.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Deje que su hijo(a) escoja a sus amigos de juego y no se envuelva en las peleas cuando ellos juegan. A menos que usted vea que otro niño(a) se porte hostil con su hijo(a), no se vaya de ningún bando. No intervenga en los juegos de los niños para resolver peleas a menos que sean peligrosas. Los niños tienen que aprender a resolver sus propios problemas.

Permita que su hijo(a) se vista como otros niños.

Ofrézcale a su hijo(a) cualquier ayuda que él necesite para que pueda tomar el autobús y pueda llegar a la escuela a tiempo. Obsérquiele un regalo como un reloj despertador o un radio reloj y enséñele a usarlo. Esto ayudará a que su hijo(a) sea más responsable. Esté seguro que el reloj funciona. Si nada de lo que usted hace trabaja, deje que su hijo(a) llegue tarde a la escuela y confronte las consecuencias.

Apoye aquellos juegos y actividades que no tengan una manera ni buena ni mala de jugar. Algunas actividades que son apropiadas para esta edad son: jugar con canicas (bolitas de mármol), aprender a brincar la cuica o pita, juegos de cartas como “Concentración” o “Stone School” y “Catch”.

Ignore los comentarios y las quejas acerca de un maestro malo, especialmente si usted ha conocido al maestro y usted sabe que es una persona justa.

Trate de que su hijo(a) coma en la mesa sentado. Para lograr esto, tiene que observar sus propios hábitos de comida y los de su familia. Trate de que la hora de la comida sea placentera y ansiosamente esperada por la familia.

***Actividades Normales
y Características***

Otros problemas que son comunes en un niño(a) de 6 años son los problemas que confronta en el patio de la escuela; problemas concentrándose en la clase; tendencia a ponerse a jugar y no terminar con lo asignado en clase; necesita murmurarle a sus mejores amigos; lucirse de manera que molesta a otros niños e interrumpe en el salón de clases.

A los niños de 6 años les gusta comer de prisa, porque están ansiosos de ir a otro sitio. A veces no pueden levantarse temprano para tomar el autobús a tiempo o caminar a la escuela a tiempo. Les gusta jugar en ese mismo momento algo que parece ser lo más importante del mundo

Tiene un buen sentido del humor; le gusta contar chistes.

Actividades Normales y Características

Trata de hacer cosas familiares y posibles.

Sigue bien las instrucciones de Kindergarten y acepta la supervisión de la maestra.

Su manera de pensar depende de las experiencias y en el enfoque al “yo”.

Es egocéntrico. Tiene dificultad viendo las cosas desde otra perspectiva, entendiendo porqué las cosas suceden y prediciendo las consecuencias.

En primer grado aprende los colores, los números, las monedas y las letras (en Kindergarten puede escribir un poco). Más tarde, puede escribir y leer material simple, probablemente al final del segundo grado, aunque en algunas escuelas los niños aprenden estas destrezas más temprano.

Tiene mucha curiosidad acerca del mundo y las experiencias nuevas.

Está dispuesto a aprender. Usa pensamiento reflexivo, serio y lógica simple. Puede prestar atención por 30 minutos o más.

Disfruta de pasatiempos, colecciona cosas y perfecciona destrezas.

Le gusta hablar sobre la escritura, dibujos y proyectos que hace en la escuela.

Todavía disfruta de los cuentos de hadas y folklóricos, pero la realidad empieza a triunfar sobre la fantasía.

Le gusta los animales, los cuentos de animales, los peluches de animales y tener una mascota en la casa.

Le gusta que lo reten. Le gusta trabajar mucho y terminar las tareas independientemente.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Repase con su hijo(a) los colores, los números y las letras. Vacíe su cartera y cuente las monedas e indentifiquelas por su nombre. Observe si su hijo(a) de 6 años puede sumar las monedas de un centavo. Si su hijo(a) trae a la casa un libro de cuentos o papeles, pídale que se los lea a usted. Mientras más interés usted demuestre en el trabajo que su hijo(a) completa en la escuela, mejor lo hará en la escuela.

Lleve a su niño(a) en viajes cortos y hablele sobre las cosas que ve: trenes, ríos, botes de pescar, la estación de bomberos, el hospital, los perros en la calle, diferentes tipos de comidas, carros, tiendas.

Anime a su niño(a) a coleccionar algún objeto. No se sorprenda con las cosas que a los niños les gusta coleccionar las cuales son comunes como: las tapas de las botellas, tarjetas de béisbol, envolturas de goma de mascar, piedras, sellos, insectos, carros y figuras de muñecos de acción. Provéale una caja especial o un lugar especial para la colección y asegúrese que sus hermanos no lo molesten.

Siempre haga tiempo para escuchar a su hijo(a) hablarle de la escuela y el trabajo que completa en la escuela.

Visite la biblioteca pública y solicite una tarjeta de la biblioteca para su hijo(a). Permita que su hijo(a) saque dos libros a la vez. (Puede ser que el devolver libros a la biblioteca a tiempo sea un problema, pero cada libro que su hijo(a) quiera hojear o leer estimula el crecimiento mental. Más tarde, el llevar los libros a la biblioteca puede ser parte de las responsabilidades que tenga su hijo(a).)

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres y Madres*

Pregúntele al bibliotecario sobre libros que contengan juegos que envuelvan palabras que usted pueda usar con su hijo(a). Use rompecabezas y juegos que estimulen el aprendizaje.

Apoye a su hijo(a) para que estudie en la escuela, provéale tiempo en silencio para que complete las tareas asignadas en la escuela, asista a las reuniones de padres, muestre interés en lo que su hijo(a) ha aprendido. Practique con su hijo(a) problemas de matemáticas y el deletreo. Demuestre un buen ejemplo usando el diccionario, leyendo el periódico, visitando la biblioteca y leyendo por diversión.

Actividades Normales y Características

Se quieren portar bien. Pueden decir mentiras o culpar a otros por sus errores o “fracasos”—simplemente porque están desarrollando el concepto del “bien y el mal”. Con el tiempo este concepto se define más rígidamente.

Tiene dificultad entendiendo el punto de vista de otras personas o de entender el concepto de “circunstancias atenuantes”.

Se siente culpable y avergonzado cuando sabe que hizo algo que se suponía que no hiciera —o si él se ha olvidado de las reglas.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

No se sorprenda si su hijo(a) dice una mentira. A esta edad, “mentir” no es algo para que usted sea muy estricto con su hijo(a). Ayude a su hijo(a) a aprender a aceptar responsabilidad por sus acciones. Alábelo cuando diga la verdad en momentos difíciles.

Si su hijo(a) se comporta generalmente bien, no lo castigue por errores ocasionales. Hágale saber a su hijo(a) que todos cometen errores.

Cuando su hijo(a) sea más grande, enséñele a disculparse pero no le dé tanta importancia al asunto. (Cuando se disculpe sinceramente ante un adulto que lo entienda, puede aliviar la culpabilidad del niño(a) y lograr que se fortalezca su conciencia.)

Apoye a su hijo(a) de 7 años a que desarrolle las reglas de conducta y anímelo a que cuando fracase aprenda a perdonarse él mismo.

Concéntrese en el valor verdadero que tiene su hijo(a) y no en lo que él/ella hace o no hace. Cuando discipline a su hijo(a), separe comportamientos de personas. Dígale, “Yo sé que quieres portarte bien. Yo te quiero. Pero a veces me enojo cuando te portas mal y peleas”. Reconozca que los sentimientos de su hijo(a) son fuertes también y que él necesita explorar otras alternativas y maneras apropiadas de expresar sus sentimientos.

Tareas del Desarrollo de Niños Mayores en Edad Escolar

9^a12 años

Se sabe que muchos niños a los 8 años se quejan: “¡Yo quiero jugar con niños más grandes!”

Bueno, los “niños grandes” ya están aquí, por lo menos parcialmente.

Las edades de 9 a 12 años presentan muchos retos únicos durante el desarrollo. La variación en aspectos del crecimiento de la madurez física y emocional, y de la alianza que emerge entre grupos y entre amigos son muchas de las características que a veces ellos enfrentan durante la escuela elemental e intermedia.

Por ahora, la escuela se ha convertido en una parte de sus vidas. Si su niño(a) participa en actividades regularmente, la lucha por hacer que salga “por la puerta” por las mañanas ha disminuido. Su batalla privada se puede limitar a actividades comunes en esta edad: asignaciones, los quehaceres de la casa, ganar dinero y dividir el tiempo entre los amigos y la familia.

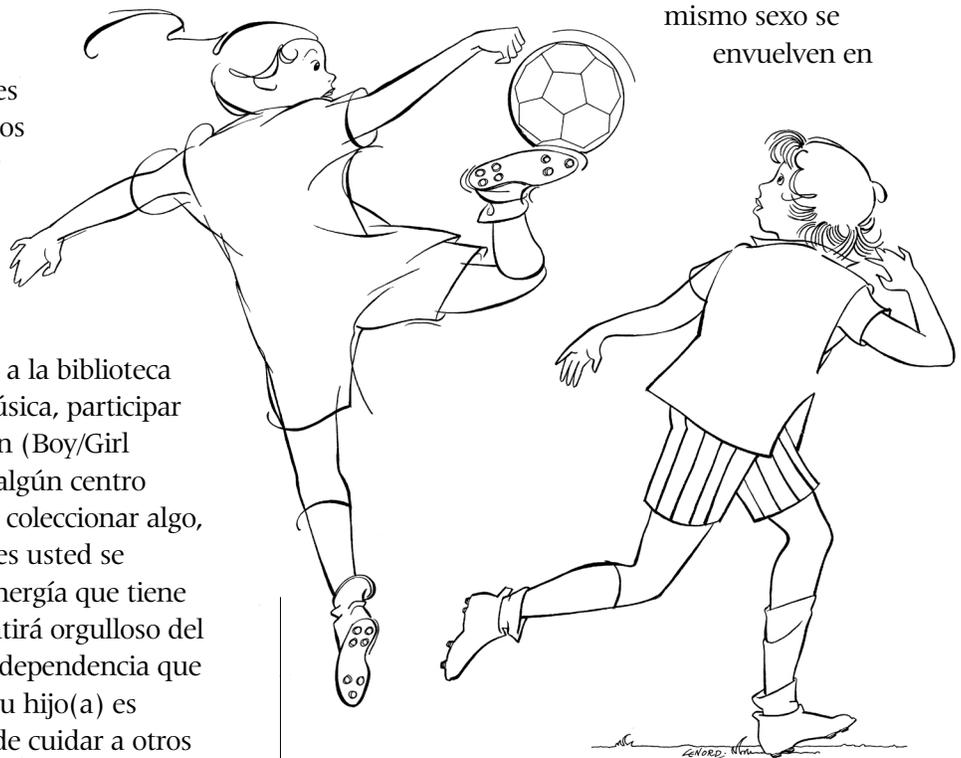
¡Su hijo de 9, 10, 11 ó 12 años está ocupado! ¡Jugar, ir a la biblioteca o al cine, tomar clases de música, participar en actividades de exploración (Boy/Girl Scouts) o en actividades en algún centro comunitario, jugar deportes, coleccionar algo, ir y venir, e ir y venir! A veces usted se sentirá cansado de toda la energía que tiene su hijo(a); otras veces se sentirá orgulloso del crecimiento y de la nueva independencia que ha desarrollado su hijo(a). Su hijo(a) es capaz de ayudar en la casa, de cuidar a otros niños más pequeños y de hacer diligencias. A veces, mientras estos niños demuestran un nuevo sentido y actitud por la

responsabilidad adquirida, es fácil olvidarse de los jóvenes que todavía son.

Es posible que su niño(a) experimente la pubertad durante estos años. Algunos la experimentarán y otros no hasta su próxima etapa de crecimiento (13-15 años). Ambos, los niños y las niñas, serán más activos y físicos, a veces formando un escándalo o peleando, muchas veces cansándose en el proceso (o cansándolo a usted).

Los niños y las niñas disfrutan de reunirse con los amigos de su mismo sexo. Muchas veces estos grupos “informales” resultan en “clubes” (¡NO SE ACEPTAN NIÑOS!) (¡NO SE ACEPTAN NIÑAS!), con reglas y regulaciones sobre la calidad de los miembros.

Algunos grupos del mismo sexo se envuelven en



Hábitos de vida: trabajar, jugar, resolver problemas y hacer amistades.

actividades de comportamiento estereotipado del mismo sexo como jugar con muñecas, a la escuela, a las mamás, a los vaqueros y a la guerra. Algunos también toman ventaja de la “privacidad” que existe al estar con miembros de un grupo de su mismo género para exponer curiosidad normal “sexual” a través de chistes “poco agradables” u ojeando revistas.

Los conceptos de valor como la justicia, la honestidad, el pedir disculpas y el aceptar culpabilidad se están desarrollando en su niño(a). Tanto la escuela como la familia juegan un papel en reforzar las ideas de éxito y fracaso, de ganar y perder, de decir la verdad y de mentir. Estos son temas complejos que su hijo(a) de 9 - 12 años “experimentará”. Si ayuda a su hijo(a) a entender las consecuencias de las acciones que él tome, le proveerá una base fundamental para que pueda tomar decisiones más tarde en la vida. El desarrollo de la conciencia es una parte importante de la madurez. Tome el tiempo necesario para trabajar en esto.

Esto ocasionará que sus experiencias actuales [y a través de la adolescencia de su niño(a)] sean mucho más fáciles.

Tareas Importantes del Desarrollo de los Niños (9 a 12 años)

—Continuar desarrollando actitudes básicas y valores.

—Buscar maneras más efectivas de enfrenar problemas en vez de pelear físicamente—especialmente, aprender a hablar y a lograr un arreglo.

—Ganar aceptación social y hacer amigos.

—Desarrollar maneras propias de trabajar, de divertirse y de resolver los conflictos diarios.

—Desarrollar el sentido de uno mismo como parte de un mundo más grande y confrontar la visión que tiene el mundo de ellos.

Desarrollo Físico

Actividades Normales y Características

Está ocupado y activo; ha ganado el control básico de los músculos grandes en los brazos y en las piernas. El crecimiento se acelera durante este tiempo, el cual puede contribuir a los problemas temporeros de coordinación.

Tiene buen apetito y devora la comida.

Juega rudamente. A menudo esto es una expresión de afecto en vez de combate.

Desarrolla mejor la coordinación del cuerpo. A la edad de 10 años, muchos de estos niños son fuertes, rápidos y tienen destrezas en las actividades físicas. Los intereses en juegos de grupos aumentan.

Las experiencias aumentan de repente entre los 10 y 12 años. No es poco común que las niñas tengan control sobre los niños. El peso de las niñas puede aumentar rápidamente. Algunas características sexuales empiezan a notarse—pelos debajo de los brazos y en la región púbica y crecimiento de los senos.

A las niñas la menstruación les puede llegar a la temprana edad de los 8 años o tan tarde como a los 17 años.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Provéale espacio para que su niño(a) pueda jugar y tenga un sitio tranquilo para trabajar y estudiar.

Deje que los niños jueguen rudamente al aire libre cuando las condiciones de tiempo estén buenas y en algún lugar dentro de una casa, apartamento o edificio cuando las condiciones no estén buenas.

Si su niño(a) se da un golpe, chequee cuán serio es. Si es un rasguño o le sangra la nariz, comprenda y ayúdelo para que deje de sangrar. Si es más serio, consulte con la clínica de salud local.

Provéale comida nutritiva—una variedad de frutas y vegetales crudos para aquellos niños que no les guste los “vegetales” cocidos. Acuérdesse que la leche y el jugo son más nutritivos que los refrescos de lata. No le dé mucha comida rápida. No se alarme si ellos quieren experimentar con comidas que están de moda.

La mayoría de los niños aumentan de peso durante la pubertad. El control de peso es un reto serio para algunos niños y las preocupaciones que tenga sobre el peso de su hijo(a) deben ser expresadas con mucho cuidado y sensitivamente. El personal de salud de la escuela puede ayudarle a hablar con su hijo(a) sobre cómo mantener el peso y la dieta.

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres y Madres*

Si su madre enfrentó bien el comienzo de su menstruación (“períodos” o “el mensual o la regla”) usted debe preparar a su hija de la misma manera. No le dé vergüenza hablarle a su hija. Las niñas necesitan entender lo que significa la menstruación; lo que es normal y lo que puede causar cambios en el estado de ánimo e incomodidad física. Si su hija es la primera o la última niña en su clase o en su grupo de amigas en empezar el periodo, ella puede sentirse mal o sentir que “algo no anda bien”. Déjele saber que las niñas empiezan la menstruación a diferentes edades. Ayude a su hija a escoger las toallas sanitarias o los tampones - lo que ella considere más cómodo.

Tanto los niños como las niñas necesitan entender lo que significa la menstruación y el papel que juega en un posible embarazo.

Actividades Normales y Características

Necesita los consejos de un adulto en el manejo de los sentimientos - aunque actúe como una persona grande.

Se puede asustar de muchas cosas— pesadillas, la oscuridad, ruidos extraños, pisos que crujen o los peligros reales de la calle.

Puede darle una “rabieta” cuando uno de los padres dice que “no”. Pero es capaz de calmarse rápidamente.

Puede experimentar tensión “que se manifieste en problemas con el estómago”— o alguna otra condición que puede parecer una enfermedad real.

Necesita aprender a enfrentar asuntos “graves” que lo asusten como la violencia, la discriminación, el sexo y la muerte. La biblioteca tiene muchos libros que pueden ayudar a su hijo(a) a entender estos temas difíciles. Hable sobre ellos. Escuche las preguntas de su hijo(a) y contéstele honestamente. La mayoría de los niños son tranquilos y tienen confianza a los 11 años.

Usualmente no actúa impulsivamente.

Puede estar activo sexualmente a los 12 años.

Usa mucha energía emocional en la escuela, proyectos y logros. Los logros son divertidos y dan satisfacción.

Necesita divertirse con los amigos y la familia, pero necesita supervisión de un adulto cuando no está en la escuela.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Trate de estar en la casa lo más que pueda cuando su niño(a) no está en la escuela. Los niños a esta edad requieren mucha supervisión. Si usted trabaja, asegúrese que un vecino de confianza o un pariente esté cerca de su casa para velar por la seguridad de su hijo(a) y por su bienestar.

Anime a su niño(a) a que hable sobre sus temores. Discuta cada temor en una manera directa y real. Por ejemplo, diga, “lo que hace ruido es un pedazo de madera vieja en los pisos”. “Todo el mundo tiene pesadillas, pero no se hacen realidad”.

Algunos niños todavía quieren dormir con una luz de noche o una lámpara prendida. Esto puede indicar tensión o ansiedad. Hablarle a su hijo(a) para que se tranquilice a la hora de dormir puede ayudarle.

Si su niño(a) se queja a menudo de dolores de estómago, calambres, sangra por la nariz, tiene asma, u otros problemas, debe ver a un médico. Su niño(a) puede tener una enfermedad o las quejas pueden indicar problemas emocionales.

Háblele sobre los peligros de la calle. Desarrolle un plan con sus vecinos o líderes de la comunidad sobre cómo su vecindario se puede organizar para proteger a los niños. Muchos programas de la comunidad están disponibles para ayudar a discutir los problemas de las pandillas y otros problemas en el vecindario.

Alábelo a menudo para que fortalezca el concepto de autoestima. Las alabanzas pueden ser específicas o “sólo por ser como eres”.

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres y Madres*

Provea tiempo para discutir cuando los amigos de la escuela lo molestan o lo rechazan.

Ayude a su niño(a) a desarrollar la habilidad de planear y de llevar a cabo lo que planea dejando opciones para juegos, quehaceres, música, ropa y amigos. Deje que su hijo(a) decida cómo ahorrar y gastar dinero.

Felicite a su niño(a) cuando él o ella demuestre más autocontrol. ¡Felicítese usted mismo también!

Actividades Normales y Características

A esta edad es un buen “trabajador(a)”. Le gusta trabajar solo(a), pero el trabajo y el juego en grupo es también importante.

Tiene una necesidad intensa de socializar. Anime la socialización en la casa, la escuela, o en el patio, jardín o parque de diversiones.

Aumenta el desarrollo mental y físico y el compromiso a un grupo de amistades. Desarrolla intereses por los amigos y pasatiempos.

Encuentra la discriminación sexual y racial de mal gusto ya que son temas desagradables.

Prefiere socializar con grupos del mismo sexo y de la misma edad para reforzar su identidad. Todavía necesita desarrollar destrezas sociales, participar en grupos y considerar los sentimientos de otros.

Puede resistirse a las instrucciones de un adulto porque le gusta pensar por sí mismo. Le gusta seleccionar sus propias actividades y a los miembros de sus grupos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Demuéstrele a su niño(a) que el trabajo puede ser divertido.

Espera que su niño(a) lo ayude con tareas razonables. Déle instrucciones claras para que su hijo(a) haga las cosas competentemente.

Asegúrese de que su hijo(a) tenga tiempo para socializar con los amigos fuera de la escuela, que participe en clubes y que asista al centro de actividades de la comunidad.

Ayude a su niño(a) a entender por qué las discusiones ocurren y discuta otras maneras de manejar las diferencias.

Ayude a su niño(a) a planear un horario diario que deje tiempo para actividades sociales, las tareas o asignaciones, ver televisión, los deportes y la lectura.

*Sugerencias para Ser Buenos
Padres y Madres*

Cómo Tratar la Discriminación

Durante estos años su niño(a) probablemente empezará a entender o encontrarse con incidentes raciales, sexuales y discriminación cultural. El autoestima del niño(a) determinará grandemente cómo él o ella enfrentan estas realidades. La discriminación existe en la sociedad norteamericana y es importante que los padres y los niños puedan lidiar con este problema agresivamente.

Explíqueme que el miedo y la frustración son las razones principales por la actitud que la gente tiene sobre la discriminación. Las actitudes de su hijo(a) y su comportamiento serán moldeados principalmente por la manera que usted responda a la discriminación.

Muchas escuelas y grupos en la comunidad están trabajando para buscar soluciones positivas a través de talleres, consejería individualizada, grupos de apoyo y un currículo sobre lo cultural, lo sexual y la diversidad racial.

Cuando se confronte con problemas de discriminación, es importante que obtenga algún tipo de consejo sobre cómo tratar el problema. Algunas personas se sienten cómodas cuando confrontan el problema cara a cara. Otras pueden perder ayuda de grupos de derechos civiles, grupos en la comunidad o grupos religiosos.

Actividades Normales y Características

Está interesado en terminar proyectos y en hacer un buen trabajo. Compara su trabajo con el de otros.

Empieza a pensar abstractamente y a entender el punto de vista de otras personas, pero puede que necesite ayuda de un adulto para responder correctamente.

Le gusta leer mucho, discutir sobre las reglas de juegos y deportes, y coleccionar cosas.

Puede aprender y acordarse de mucha información. Entiende y visualiza cosas que no ha visto. Está aumentando la habilidad para observar y razonar.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Aliente a su niño(a) con sus proyectos. Alabe sus esfuerzos y el buen trabajo de su hijo(a). Ayúdele a establecer estándares razonables para poder comparar su trabajo.

Elogie a su niño(a) cuando entienda los puntos de vista de otras personas.

No interfiera cuando su niño(a) esté discutiendo con otros niños sobre las reglas, a menos que sus compañeros le pregunten. El o ella pronto aprenderá a resolver las diferencias sin discutir.

Aliente a su hijo(a) a que lea. La lectura es una de las destrezas más importantes en la vida, ya que refuerza las destrezas del lenguaje, la comunicación y la escritura. Apóyelo pasando tiempo en la biblioteca; la bibliotecaria local puede ayudarle a su hijo(a) a buscar libros apropiados.

Muéstrele que tiene interés y respeto en sus colecciones y pasatiempos.

Háblele sobre lo que está aprendiendo en la escuela. Alabe la habilidad que tiene para aprender y acordarse de las cosas.

Actividades Normales y Características

Está muy conciente de lo que es justo y la justicia. Puede ser muy competitivo. Tiene dificultad admitiendo sus propios errores. Mientras va creciendo, está más dispuesto a admitir sus errores y empieza a tomar responsabilidad por ellos.

Está adquiriendo conciencia y conocimiento de lo que es correcto e incorrecto. Quiere hacer lo correcto. A veces lucha con su conciencia.

Mientras va creciendo, tiene más necesidad de conformarse con la moral de su grupo de amigos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Sea justo cuando trata y se relaciona con su hijo(a), apoye su sentido de justicia. Provea oportunidades para que compita.

Ayude a su niño(a) a que entienda que perder es parte del juego. Apoye a su hijo(a) cuando pierda o fracase; no lo ridiculice. Ayude a su hijo(a) a tomar responsabilidad por su comportamiento; por ejemplo, espere que su hijo(a) pague por algo que rompió, que limpie los regueros, etc.

Ayude a su hijo(a) a evaluar los valores de sus compañeros de grupo y a que entienda las consecuencias de aceptarlos.

Tareas del Desarrollo de Jóvenes Adolescentes

13a15
años

Cosas extrañas y maravillosas les sucede a los jóvenes adolescentes a la edad de 13 a 15 años. Algunas de estas cosas están dentro del control de los padres (por ejemplo, cuando empiezan a salir con muchachas...), y otros (como el comienzo de la pubertad y la aparición de características secundarias sexuales) son las inevitables consecuencias del crecimiento.

También, cosas extrañas y maravillosas les sucede a los padres durante estos años. Por primera vez se empieza a tener un cuadro más claro de cómo será su hijo(a) cuando sea adulto, cómo él/ella va a pensar, cómo desarrolla relaciones y cómo demuestra individualidad. Empieza a observar a su hijo(a) como creativo, energético o introspectivo. Empieza a observar conductas que son más responsables y mejor pensadas. A veces extraña a "su niña pequeña" o a "su niño pequeño", pero se siente orgulloso(a) de las personas en las que sus hijos se están convirtiendo.

Los adolescentes luchan con temas difíciles. Los valores que usted les ha enseñado serán puestos en práctica con sus amigos. A veces, usted sentirá que existe una "pequeña batalla" sobre quién está al mando, cuánto control es suficiente, cuánta responsabilidad

su hijo(a) puede soportar en cuanto a tomar decisiones se refiere y cómo va a aguantar las consecuencias de esas decisiones.

Sus niños se encaminan hacia la vida adulta. Algunos padres vislumbrarán las tensiones de su hijo(a) de 13 años luchando contra la presión de sus compañeros, escribiendo poesía abstracta o de momento, hablando de política durante la hora de comer. Otros padres se preguntarán por qué a su hijo(a) de 15 años todavía le gusta jugar rudo, leer libros ilustrados y no muestra ningún interés por salir con muchachas.

Los adolescentes no están en una situación cómoda. Todavía no son suficientemente adultos, pero ya no son niños. Esto dificulta su labor. Usted necesita alguna "información" sobre lo que puede esperar de ellos.... Continúe leyendo.



*Convirtiéndose en
jóvenes adolescentes*

***Tareas Importantes
del Desarrollo en los
Jóvenes Adolescentes
(13 a 15 años)***

—*Empieza a establecer su identidad propia.*

—*Desarrolla independencia de los padres en el aspecto emocional.*

—*Desarrolla relaciones más maduras con compañeros de ambos sexos.*

—*Acepta su cuerpo/estatura en comparación a la de sus compañeros.*

—*Crece en posición social, autoestima y en sus logros académicos, atléticos, actividades sociales y en otros aspectos.*

—*Experimenta e integra diferentes papeles y emociones con un sentido más fuerte de su propia identidad.*

—*Empieza a evaluar intereses y capacidades en relación a posibles carreras profesionales.*

—*Desarrolla destrezas intelectuales y competencias necesarias para lograr un futuro de independencia económica*

Actividades Normales y Características

La adolescencia temprana es un periodo de cambios físicos radicales en un tiempo relativamente corto. Hay una gran variación en el curso y en el grado de desarrollo entre y dentro de ambos géneros.

En promedio, las niñas maduran aproximadamente dos años más temprano que los niños.

Aumentan de peso y crecen de estatura.

Las glándulas del sudor están más activas y el cuerpo olerá si no se bañan regularmente.

El acné aparecerá.

En las niñas, los cambios físicos incluyen el desarrollo de los senos, el crecimiento de los vellos púbicos y debajo de los brazos, y la menstruación.

En los niños, las glándulas del sexo masculinas, el pene y los testículos crecerán más grandes. Puede ocurrir la eyaculación ya sea por masturbación o cuando esté durmiendo, o como resultado de la actividad sexual.

Vellos finos crecen alrededor del pene, y el pene se alarga y ensancha. También se desarrollan vellos debajo de los brazos.

Los vellos faciales usualmente aparecen cerca de un año después que aparecen los vellos púbicos. La voz se pone más profunda. La eyaculación, incluyendo emisiones nocturnas ("sueños mojados"), ocurren con regularidad.

Los adolescentes se sienten usualmente raros e inseguros de los cambios en su cuerpo.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Explíquelo a su hijo(a) qué es lo que está pasando. No aliente la comparación con sus compañeros y asegúrele a su hijo(a) que es normal. ("Estos cambios ocurren a edades diferentes y a niños diferentes".) Arrime a su hijo(a) a que exprese sus preocupaciones y miedos: "Mi pene se va hacia un lado y el de Tony es recto. "¿Soy normal?" "Uno de mis senos es más grande que el otro" ¿Soy normal?" Provéale información correcta.

Los jóvenes pueden obsesionarse y preocuparse sobre las diferencias físicas percibidas (la nariz es muy grande, el torso muy ancho, un barro del tamaño de la montaña del Everest); busque oportunidades para elogiar la apariencia de su hijo(a) adolescente. Si el problema es grande, como un acné excesivo, consulte con un médico.

Infórmese de las necesidades de su hijo(a) en el área de la higiene personal: razuradoras, desodorante, tampones y toallas femeninas. Respete su privacidad.

El tiempo que se tarda en el baño aumenta dramáticamente. Esta es una época de una auto-conciencia extrema; no permita que miembros de la familia molesten a su hijo(a). Si su hijo(a) se masturba, déjelo tranquilo. Si es necesario, recuérdelo a su hijo(a) que esas cosas se hacen en privado.

Fomente mucha actividad física, como el baile o los deportes. Los jóvenes necesitan sentirse más cómodos y tranquilos con el cuerpo que están desarrollando.

Actividades Normales y Características

Tiene un creciente interés en sus compañeros; se siente más cómodo cuando está en un grupo que cuando está con una persona.

Empieza el proceso psicológico de alejarse de los miembros de la familia, con un sentimiento más fuerte de querer ser más adulto, aunque aún se siente un niño(a) y dependiente.

Expresa mucha ambivalencia cuando los padres lo guían; reconoce esa necesidad, pero no la desea. A veces está de mal humor como resultado de sentimientos conflictivos sobre la dependencia versus la independencia.

Generalmente es el centro de su propio universo, considera las necesidades y los sentimientos de los otros solamente si tienen un impacto en él mismo.

Compara sus éxitos, logros y fracasos con otros, especialmente con sus compañeros.

Normalmente está de malhumor; dirige el coraje verbalmente hacia las personas con autoridad.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Apoye el interés de su hijo(a) por sus compañeros, incluya apoyo concreto, como llevarlos a pasear o darles dinero para que puedan socializar. Provéale también apoyo menos concreto como no demostrar resentimiento si su hijo(a) escoge actividades con sus amigos en vez dedicarse a la familia. Conozca a los amigos de su hijo(a) y a sus familias.

Trate de no reaccionar en exceso a los estados de mal humor de su hijo(a).

Proteja y nutra el auto-estima de su hijo(a) reconociendo sus logros positivos donde y cuando ocurran.

Rete el egocentrismo de su hijo(a) usando frases que incluyen la primera persona o “yo” para recordarle que el comportamiento de ellos afecta a otros. Continúe ofreciéndole guía como padre/madre, pero prepárese para que su hijo(a) haga lo contrario de lo que usted le diga para así “declarar” su independencia.

Siempre mencione las consecuencias como parte de los consejos, para recordarle a su hijo(a) que su comportamiento tiene consecuencias. Evite las peleas sobre quién tiene más poder. Esté dispuesto a llegar a un acuerdo.

Busque el apoyo de otros para que lo ayuden a pasar por este periodo. Trate de no tomar personalmente la conducta y las rabietas de su hijo(a). Acuérdesse que este comportamiento es normal.

Actividades Normales y Características

Expresa un interés intenso en las actividades de sus amigos.

Puede asociarse con un grupo nuevo. Pasa mucho tiempo aparentemente sin ningún objetivo, pero actualmente le gusta “rondar”. Le da la oportunidad de “lucir” los atributos de su personalidad con los que experimenta como parte de su conquista por la identidad. También le da una oportunidad a los jóvenes de observar a otros en el mismo proceso.

Imita la conducta y las apariencias de otros, especialmente la de sus compañeros, para sentirse cerca de la “norma” deseada.

Le atraen los grupos y las pandillas como una alternativa a la familia. Todavía necesita satisfacer la dependencia de la familia mientras continúa el proceso de desarrollo normal de separarse de ella.

Expresa un interés intenso en lo material: ropa, cintas, CDs, sneakers (tenis), bicicletas.

Su “fábula personal” (“Soy inmune a que algo me haga daño, así que puedo participar en actividades de riesgo y estaré protegido”.) demuestra que los jóvenes son capaces físicamente de relativa independencia. Puede que experimenten con drogas, sexo y alcohol.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Sea comprensivo y simpatice con el interés que tiene su hijo(a) de asociarse con sus compañeros, pero establezca límites claros y firmes.

Relaje algunos aspectos del control paternal/maternal, tales como regresar a la casa a cierta hora por la noche, reflejando así la creciente madurez de su hijo(a), pero recuerde que establecer límites sigue siendo importante.

Deje que la juventud se aleje de la familia, pero sea claro cuando usted espera que se envuelva con la familia, como en los días de fiesta.

Supervise y controle las actividades y los amigos de su hijo(a). Siempre explique de antemano las consecuencias por no comportarse satisfactoriamente.

Esfuércese por aplicar consecuencias que sean naturales y lógicas. (Natural: “Si te quedas afuera demasiado tarde y duermes demasiado vas a perder el autobús y vas a tener que caminar a la escuela”. Lógico: “Si tomas dinero de mi cartera para comprar cosméticos, deduciré el dinero de tu mesada”.)

Desarrolle con su hijo(a) estrategias sobre las responsabilidades que conlleva el ganar dinero. Háblele sobre las consecuencias de ahorrar y gastar dinero en una forma realista. Sea sensitivo a las necesidades que su hijo(a) tiene para gastar dinero.

Actividades Normales y Características

Piensa en términos concretos (“esto es negro o blanco”), pero empieza a desarrollar pensamientos abstractos a través del involucramiento con el mundo exterior y la exposición a dilemas.

Tiende a creer que otros piensan de la misma manera que él piensa.

Puede resolver problemas lógicamente.

Se envuelve más en discusiones y argumentos. Protesta cuando se le ofrece respuestas o soluciones a sus problemas (“déjame resolverlo solo(a)”).

Usa un lenguaje más variado y sofisticado, comúnmente incluye malas palabras.

Está al tanto de las expectativas del “éxito” académico y puede ser que encuentre los logros más retadores cuando el trabajo es más difícil y cuando la competencia en un grupo más grande de compañeros se intensifica.

Puede expresar pensamientos no realistas sobre intereses vocacionales futuros.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Fomente el desarrollo de la curiosidad intelectual y las habilidades apoyando a su hijo(a) adolescente en actividades donde tenga que resolver problemas.

Recuérdle delicadamente a su hijo(a) adolescente que existen muchas posibilidades entre los extremos concretos (“Hay mucho gris entre el negro y el blanco”). Trate de no ofrecerle “respuestas”, incluyendo el comportamiento “correcto”.

Anime a su hijo(a) a que aumente su habilidad de resolver problemas analizando diferentes posibilidades. Recuérdle a su hijo(a) que no todo el mundo piensa como él piensa. Comparta—pero no imponga—sus pensamientos en un tema. Trate de no involucrarse en argumentos, pero aproveche esta oportunidad para aplicar pensamiento crítico.

Desafíe a su hijo(a) directamente cuando los “malos” pensamientos puedan amenazar la seguridad física (“No es seguro que tú y tus amigos estén en la calle por la noche”).

Con la ayuda de otros, trate de evaluar con precisión las habilidades académicas de su hijo(a) y alabe sus logros. Si el joven adolescente tiene unas aspiraciones profesionales irrazonables, ayúdelo a recapacitar sobre sus metas, y delicadamente ofrézcale sugerencias sobre las alternativas.

Actividades Normales y Características

Su pensamiento va de lo concreto a lo abstracto; empieza a pensar más sobre valores y la moral.

Tiende a ser idealista—es severo con otros y con él mismo cuando las normas ideales no han sido satisfechas. Usualmente no puede percibir los “grados” en dilemas morales, debido a sus limitaciones en el pensamiento abstracto. Piensa que hacer “malas” decisiones es el resultado de mal carácter y de una voluntad débil.

Expresa sentimientos de indignación cuando percibe que alguien ha sido tratado injustamente.

Siente la pérdida de dirección moral que lo guiaba cuando era niño(a)—tiene miedo de que lo castiguen o tiene deseos de complacer a un adulto importante, pero no tiene la experiencia en la vida o la madurez cognoscitiva y emocional para tomar decisiones importantes solo(a).

Tiende a buscar dirección observando a sus compañeros: “¿Qué harían mis amigos en esta situación?”

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Aconseje a su hijo(a) adolescente, quien está tratando de resolver dilemas morales, aunque todavía le falta las destrezas para hacerlo sin una persona que lo guíe. (“¿Has considerado hacer _____?”).

Ofrézcale apoyo (“Siento mucho que tus amigos estén enojados contigo por haberle dicho al principal de la escuela quién pegó al chofer del autobús”) y oportunidades para analizar (“Vamos a hablar de lo que harías la próxima vez que tus amigos te traten de convencer de que puedes quedarte con ellos pasada la hora de regresar a la casa”).

Sea claro cuando exprese y modele sus valores. Cuando su hijo(a) adolescente escoja una opción con la cual usted no está de acuerdo, condene el comportamiento, no a la persona.

Evite criterios que dan más libertad al hombre que a la mujer.

Practique lo que predica.

Modele diciendo “lo siento” y “metí la pata”. “Me gustaría tener otra oportunidad para hacerlo bien”.

Tareas del Desarrollo de los Adolescentes Mayores

16 a 19 años

Los adolescentes mayores (16 a 19 años de edad) se encuentran al borde de convertirse en adultos—y el cuadro puede ser uno de miedo y a la misma vez estimulante. Durante estos tres años, la mayoría de los adolescentes experimentan eventos cruciales en la vida y retos que pueden determinar el escenario hacia una vida completamente independiente.

Uno de los eventos más críticos sucede cuando los adolescentes dejan las instituciones (la familia y la escuela), las cuales les proveyeron estructura y apoyo durante sus vidas. Durante estos años más que nunca, estos jóvenes adultos deben analizar preguntas filosóficas y prácticas, las cuales pueden afectar profundamente su sobrevivencia y su futuro. ¿Iré a la universidad? ¿Trabajaré? ¿Me casaré o formaré otras relaciones importantes que conllevarán ramificaciones de por vida relativas a la intimidad, los niños y la seguridad?

Llegar a la mayoría de edad, la edad legal en la que los individuos son responsables por sus acciones, trae tensión en cuanto a dinero, la sexualidad, las opciones profesionales y educativas, y la necesidad de participar en instituciones culturales más grandes dentro de la vida norteamericana: la política, el servicio militar, el cuidado de la salud, para algunos, sus familias. A veces, estas tensiones

son complicadas debido a los aspectos negativos de la vida moderna: el crimen, la violencia familiar, el SIDA, las drogas y el alcohol, y una mala situación económica.

Algunos adolescentes mayores enfrentarán estos retos con madurez y firmeza. Otros tendrán problemas al tratar con el trauma de dejar a sus padres, buscar un trabajo lucrativo y asumir las consecuencias de ser sexualmente activos.

Los adolescentes mayores de edad todavía necesitan su guía. Es importante concederles su respeto y escucharles durante estos años de transición. A veces se sorprenderá de lo maduros que son y cómo quieren interactuar con usted como si estuviesen a su mismo nivel de madurez. A veces pelearán. Pero usted tendrá momentos donde se dará cuenta que todos sus esfuerzos y consejos no fueron en vano.



Opciones, retos y cambios

Opciones, Retos y Cambio

El trabajo de ser padre/madre nunca se termina. Aún cuando sus hijos sean adultos y tengan sus propios hijos, encontrará que todavía confiarán en su sabiduría, experiencia y consejos. Pero para muchos de ustedes, durante estos años de adolescencia tardía, cuando sus hijos todavía viven en la casa, serán los tiempos más preciados. Y los más retadores.

Todavía tiene mucho trabajo que hacer...

Tareas Importantes del Desarrollo de los Adolescentes Mayores (16-19 años)

—*Establecer independencia emocional de los padres.*

—*Establecer una identidad individual en una variedad de situaciones sociales.*

—*Lograr un comportamiento responsable socialmente que lo deje participar en la comunidad como un adulto.*

—*Integrar una serie de valores y un sistema ético que le sirva como una guía para su comportamiento.*

—*Establecer su identidad en el papel sexual que incluya un comportamiento sexual.*

—*Darse cuenta de las consecuencias que conlleva elegir una profesión e integrar información sobre una carrera profesional a los atributos de su persona para tomar una decisión.*

Actividades Normales y Características

Continúa creciendo físicamente, periodo en el que las muchachas pueden alcanzar su altura y peso de adultas y los muchachos todavía siguen creciendo hasta entrados sus 20 años.

Los patrones de menstruación se regularizan en las muchachas. Ambos géneros maduran sexualmente, específicamente en cuanto al desarrollo de los genitales y el crecimiento de pelo/vellos en el cuerpo.

Continúa un interés fuerte y una preocupación por la vida sexual, ya sea con su pareja o a través de la masturbación.

Desarrolla la coordinación física a medida que se familiariza con su crecimiento físico como adulto.

Continúa interesado, aunque gradualmente menos, en compararse con sus compañeros, siendo la apariencia física lo más obvio y la “vara de medirse” más disponible.

Continúa sumamente interesado en el cuidado de su apariencia física, pasando tiempo considerable y poniendo atención en esto. A veces evita ponerle atención a bañarse, a arreglarse el pelo y otros aspectos de la higiene personal.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Provea información correcta y en una manera directa sobre la actividad sexual. Trate de ser más informativo y menos crítico para que su hijo(a) lo pueda percibir a usted como un recurso.

Dialogue sobre los anticonceptivos y dígale todas las consecuencias que puede traer la actividad sexual cuando no se utilizan anticonceptivos.

Asegúrese de discutir las enfermedades de transmisión sexual, como la clamidia, el herpes, la gonorrea y el HIV/SIDA.

Busque recursos en la comunidad donde su hijo(a) adolescente pueda adquirir anticonceptivos, tratamiento y consejería sobre temas de salud pertinentes a los adolescentes.

Continúe ofreciéndole comentarios positivos que le den confianza sobre su apariencia física.

Respete la necesidad de tener privacidad.

Esté consciente de que aunque su hijo(a) parezca un adulto en términos de apariencia física, él o ella no ha madurado en otras áreas. Ajuste sus expectativas de acuerdo a la situación.

Actividades Normales y Características

Continúa alejándose psicológicamente de la familia y empieza a comportarse con más autonomía. Sigue necesitando la aprobación de sus compañeros.

Aumenta el interés de tener una relación más íntima con otra persona. Si prefiere tener una relación con otra persona de su mismo género, puede que sienta ansiedad y se preocupe por su identidad.

Sigue preocupado sobre él mismo, pero la auto-evaluación, usualmente de naturaleza crítica, aumenta para tener la habilidad de simpatizar con otros.

Continúa necesitando la aprobación de sus compañeros. Mide el concepto de valor comparándose con otros.

Pasa mucho tiempo introspectivamente y piensa en asuntos relacionados a su identidad.

Se pone de "malhumor" o cambia su comportamiento rápidamente debido a la curiosidad acerca de preguntas como "¿Quién soy yo?" "¿Quién quiero ser cuando crezca?"

Puede tratar diferentes personalidades tan seguido como cambiarse de ropa.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Apoye el interés que demuestra su hijo(a) en las relaciones íntimas, mientras le habla de las actividades sexuales aceptables, la hora de llegar a la casa y la auto-regulación.

Ayude al joven a aprender a distinguir entre el "sexo" y la "sexualidad", y a entender los riesgos que hay en ambos. Decida qué comportamiento va a ignorar y hágalo.

A medida que el joven "experimenta" con diferentes personalidades e identidades, ofrézcale un consejo objetivo de cómo es posible que el mundo reaccione.

Dé tiempo y provea privacidad para la introspección y la contemplación.

Apoye el creciente reconocimiento que demuestra su hijo(a) respecto a las necesidades y los derechos de otros.

Elogie y reconozca a su hijo(a) cuando sea posible. Reconozca que a veces la actitud de presumido que su hijo(a) exhibe puede enmascarar una auto-estima frágil.

Actividades Normales y Características

Continúa el interés en actividades con sus amigos, pero desarrolla más continuidad con las amistades, ya que su identidad e intereses se clarifican. De acuerdo a recientes investigaciones, es más probable que desarrolle relaciones duraderas con aquellos que compartan valores similares y es probable que adopten los valores aprendidos en la casa.

Puede involucrarse en relaciones íntimas (aunque no necesariamente sean sexuales o románticas) con uno o más amigos.

Continúa el alejamiento físico y psicológico de la familia, pero demuestra más interés en la gente y en los eventos del mundo exterior que en resaltar su rechazo a la dependencia familiar.

Pasa un tiempo considerable fuera de la casa y de la familia, pero está más enfocado en deportes, clubes, o el trabajo.

Acepta a los adultos—maestros, entrenadores, jefes, amigos, padres—como recursos de apoyo y consejería.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Reconozca el creciente involucramiento de su hijo(a) en el mundo exterior, relajando alguno de sus controles como el de regresar a la casa a cierta hora. Si su hijo(a) demuestra responsabilidad cuando se le da libertad, reconozca que el premio de su hijo(a) será más autonomía.

Continúe mostrando interés en los amigos y en las actividades de su hijo o hija. Reconozca que su habilidad por controlar es limitada.

Ejerza influencia explicando las consecuencias de las malas decisiones. Considere las relaciones de su hijo(a) con otros adultos como apropiadas para su edad y no vea esto como un rechazo de su persona.

Apoye a su hijo o hija en la adquisición de habilidades para la vida diaria, y establezca expectativas de responsabilidad en cuanto al uso del dinero. Ayude a su hijo(a) a que tenga acceso a actividades, tales como conducir su automóvil a las prácticas de algún deporte o ayudándolo a buscar un trabajo.

Si su hijo(a) está a punto de irse de la casa para vivir en la universidad, trabajar o vivir independientemente, háblele en términos concretos sobre lo que va a pasar y lo que significará para ambos de ustedes.

Actividades Normales y Características

Puede pensar en términos abstractos y puede entender los conceptos.

Entiende que otros tienen sus propias percepciones y puntos de vista, los cuales puede que no coincidan con los de ellos.

Tiene menos ansiedad acerca de pensar con más independencia de la familia y los amigos, y puede estar dispuesto(a) a discutir un punto de vista que no es muy popular en ambos grupos.

Tiene una facilidad considerable para resolver problemas y aunque no siempre selecciona el “mejor” comportamiento, hace la selección con algún conocimiento de los resultados y las consecuencias.

Usa un lenguaje de adulto y se expresa como uno. Incrementa el conocimiento de su propio intelecto, incluyendo aspectos académicos y habilidades, y trata de aplicar sus conocimientos en sus planes futuros.

Puede pasar un tiempo considerable pensando y discutiendo intereses profesionales.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Apoye y reconozca la habilidad que tiene su hijo(a) de pensar en abstracto, de ver una variedad de posibilidades y de considerar alternativas.

Envuélvalo en discusiones que le permita a usted exponer sus pensamientos, mientras usted reconoce la habilidad que tiene su hijo(a) de pensar independientemente.

Pregúntele a su hijo(a) la opinión que tiene sobre eventos y personas (“¿Qué tú harías en esas circunstancias?”).

Anime a su hijo(a) a exponerse a actividades como la lectura, el teatro, oradores, que lo expondrán a pensar sobre otras personas. Reconozca la habilidad que tiene su hijo(a) para razonar, aunque usted no esté de acuerdo con sus conclusiones.

Anime a su hijo o hija a que piense o hable con usted seriamente y en términos realistas sobre sus planes futuros, incluyendo su vocación.

Actividades Normales y Características

Está en una etapa crítica donde se separa de la familia y se prepara para entrar a un mundo más grande. Quiere respuestas a preguntas de identidad: “¿Quién soy yo y cómo me voy a relacionar con el mundo externo?”

Observa cómo luchan otras personas con dilemas morales. Toma el ejemplo de ciertos adultos y no necesariamente de los padres. Continúa aprendiendo cómo la gente evalúa decisiones.

Se da cuenta de la seriedad y del razonamiento moral de un adulto.

Busca refugio de la incertidumbre en expresiones globales o estereotípicas (“todos los políticos son deshonestos”).

Puede unirse a un grupo, una pandilla, un culto u otra institución social con códigos morales definidos o estrictos.

Sugerencias para Ser Buenos Padres y Madres

Continúe proveyendo oportunidades a su hijo(a) adolescente para que discuta dilemas morales en un ambiente razonablemente neutral y donde no se lo juzgue. Utilice eventos recientes (un joven en la comunidad fue arrestado por vender drogas) o crea una situación hipotética (“¿Qué harías si te enteras que tu mejor amigo estaba planeando llevarse el carro de la familia y escaparse a Florida?”), estimule a su hijo(a) para que considere una variedad de opciones mientras se abre camino en el mundo externo. Al mismo tiempo, tenga como meta que su hijo(a) examine los resultados de esas opciones y, si es posible, no le diga lo que usted considera que “es correcto”.

Esté disponible para su hijo(a) lo más que pueda, aunque el contacto con su hijo(a) le irrite y sea poco agradable. Alábelo cuando haga buenas decisiones sobre alternativas morales.

Apoye al joven si hace una decisión moral razonable que sea criticada por sus amigos.

Practique lo que predica. Esté conciente de que los valores se enseñan, no nace uno con éstos, y por lo tanto, pueden ser diferentes de los valores que tienen otras familias y otras sociedades.

Recuérdale la importancia de adherirse o perseguir un compás moral durante toda una vida. Comparta sus experiencias o frustraciones manteniéndose fiel a sus ideales.



*New York State
Office of Children & Family Services*

*(Oficina de Servicios para Niños y Familias
del Estado de Nueva York)*

12/99

*Producido por el Center for Development of Human Services,
Research Foundation of SUNY, Buffalo State College*