

LA DICHA DE SER PADRES

Con frecuencia nos concentramos en las dificultades de criar a nuestro hijos. Nos olvidamos de la dicha que nos brindan nuestros hijos. ¿Recuerda el sentimiento cálido que siente dentro de usted, cuando su niño aprende algo nuevo o comparte algo con usted? ¿Qué podría reemplazar un abrazo de su niño? ¿Hay algo más precioso que la sonrisa de su niño(a)?

Usted tiene la oportunidad de enseñar a sus niños acerca de la vida. Les puede mostrar como cuidar de los demás. Les puede enseñar los valores en los que usted cree. La fuerza y el amor de su familia les pueden ayudar a enfrentar los altos y bajos de la vida.

Cada momento que pasan juntos crea toda una vida llena de recuerdos. Piense acerca de los momentos especiales durante el año. Mantenga a la mano una libreta para que anote los sucesos normales y especiales que son tan especiales como para no ser olvidados. De vez en cuando, comparta estos recuerdos con sus hijos y haga una conexión entre el acercamiento familiar y los sentimientos experimentados de aquel momento. Se sorprenderá que ellos también los recuerdan. Un recuerdo divertido podría levantarle el ánimo. Usted y su familia podrían reír y hablar de cosas que pasaron hace mucho tiempo.

Mientras más tiempo pasen juntos y su familia, mayores serán los recuerdos que tendrán para compartir. El tomar tiempo para compartir recuerdos creará lazos familiares.



NO EXISTEN PADRES PERFECTOS, TAMPOCO NIÑOS PERFECTOS



Tenga expectativas realistas de sus niños. Todos los niños desarrollan habilidades en diferentes edades. Cada niño es único y tiene sus propios gustos, cosas que no le gustan, esperanzas, sueños, habilidades y personalidad. No es justo compararlos a otros, ni es una forma saludable para que ellos se desarrollen. Conozca a sus hijos y valore su individualidad.

Ayude a sus hijos para que aprendan a controlarse a sí mismos. Ponga reglas realistas y consecuencias realistas y apeguese a ellas. Sea claro, consistente y firme y recuerde que: **éstas deben ser razonables para la edad de sus niños**. Sea consistente al disciplinar. **Separe la conducta** que a usted le desagrada **del niño** que se está portando mal. Por ejemplo, "Yo te quiero mucho pero yo no te permito que le hieras a tu hermano."

Tenga expectativas realistas para usted también. Recuerde cuidar de usted mismo(a). Todos los padres necesitan apoyo y aliento. Rodéese de personas con quienes se sienta bien: amigos, familiares, un grupo de Parents Anonymous®, o un grupo de interés especial. Reconozca sus virtudes y valores personales. ¿Es usted bondadoso, cuidadoso, amigable y paciente? Identifique sus virtudes y crezca con ellas. Sea justo con usted mismo(a) y recuerde que todos cometemos errores y necesitamos practicar paciencia. Niños y adultos necesitan un hogar que sea acogedor, seguro y con mucho amor. Los niños quizá olviden lo que les diga pero siempre recordarán cómo les hace sentir.

Para tener éxito como padres debemos empezar por tener expectativas realistas para nosotros mismos y nuestras familias.

Si tenga preocupaciones del desarrollo de su niño en cualquier edad, póngase en contacto con su local:

- Programa de Intervención Temprano
- Consejo de Educación
- Servicios Especiales de Educación Preescolar
- Consejero de escuela o trabajador social
- Grupo de Parents Anonymous®
- Centro de Recursos Familiares
- Servicios de recursos y referencias de la cuidado de niños
- Pediatra