



Abril
2020



Qué hacer en tiempos de
Cuarentena con los niños
en casa

Tips para padres

Modele

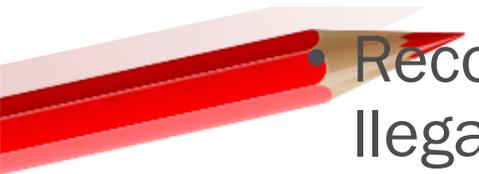
- Los niños actúan por imitación, y los adultos son la principal referencia frente a sus actitudes.
- Como los adultos resuelven, ellos aprenderán a resolver.
- De la manera en que manejamos el estrés, los niños aprenderán a manejarlo.
- Si solemos no escucharlos cuando nos hablen, probablemente ellos tampoco escuchen cuando usted les hable.
- Nuestra conducta es modeladora constantemente y los niños imitan.



Establezca normas y reglas



- En tiempos de cuarentena es importante definir reglas y normas dentro de la rutina diaria en el hogar, en la medida que se pueda, ya que es importante mencionar que debido a que se ha extendido en el tiempo, los niños también necesitan cierto punto de flexibilidad.
- Deben ser objetivas para que se puedan cumplir.
- Es importante incorporar a los niños en la creación de las normas, ellos también pueden tener opinión al respecto.
- Recordar no ser intransigente, a través de una conversación se puede llegar a acuerdos.
- Ofrezca alternativas cuando sea posible.



Ideas de actividades en conjunto



Ideas de actividades en conjunto

- Creen una tabla de rutina diaria. Le permite a los niños a ordenar su mente y establecer horarios.
- Cocinar recetas simples
- Manualidades con material reciclado
- Crear una pista de autos en el suelo con cinta adhesiva
- Show de títeres creado por ellos



Rutinas del día y la noche

The image shows four cards for daily and nighttime routines. Each card has a title, a sun or moon icon, and several tasks with checkboxes and illustrations.

- Mis tareas (Day):** Hacer pa' pipó, Tomar desayuno, Asearme, Tender mi cama, Cambiar de ropa.
- Mis tareas (Night):** Recoger juguetes, Cenar, Hacer pipó, Ponerse pijama, Asearme.

The bottom-right card includes a small sign that says "Mama & nene".

Ideas de actividades en conjunto



- Realicen experimentos
- Lean cuentos
- Trabajen las emociones
- Generar espacios de conversación, validando sus sentimientos, sean positivos o negativos.
- Reconocer los errores (adultos y niños) que pudieron tener durante el día.
- Reducir el exceso de información acerca del Coronavirus. Ser precisos y acorde a la edad de ellos.
- No se sobre exija, tratemos de estar bien y preocuparnos por el bienestar de la familia.



Un mensaje claro

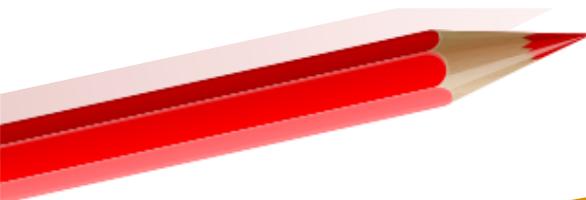


Un mensaje claro



- Asegúrese que la instrucción o mensaje que quiere transmitir está siendo escuchado y recepcionado. Para ello, debe acercarse a la altura del niño y hablarle directamente mirando a los ojos, y si además le toma su mano, probablemente el mensaje será recepcionado efectivamente.
- Si puede en lo posible, ofrezca su acompañamiento o voluntad. Ejemplo: “Vamos a ordenar los dos los juguetes, yo te ayudaré al principio, pero después tu vas a continuar”.





EN VEZ DE QUERER
HIJOS PERFECTOS

DESEEN tener
HIJOS FELICES



EN VEZ DE
EXIGIR TANTO

DESCUBRAN LOS
TALENTOS DE SUS
PEQUEÑOS



EN VEZ
DE GRITAR

EXPLIQUEN
POR QUÉ
ESTÁN MAL
SUS ACCIONES



EN VEZ DE
ILUSIONAR

HAGAN LA
REALIDAD MÁS
DIVERTIDA



Claudia Larach Bamardi



Educadora Parental
Certificada en DP

