

¡Bienvenidos, madres y padres!

Bienvenidos a la paternidad y la maternidad—una experiencia como ninguna otra y una que nos recuerda nuestra propia infancia.

¿Cómo fueron sus padres con usted de niño o niña? ¿Le gustaría usar el mismo estilo de crianza que usaron sus padres/madres u otro? ¿Qué tipo de experiencias le gustaría que su hijo o tuviera? Sea cual sea su respuesta, hay algo que es muy cierto: ¡Ninguno de nosotros nace sabiendo cómo cuidar a nuestros bebés y pequeñitos!

Es importante dejar de lado la vergüenza que uno pueda sentir y hacer preguntas relacionadas a la crianza de nuestros hijos. Pida ayuda cuando la necesite y comparta sus preocupaciones con otras personas cuando se sienta frustrado, exhausto o agobiado. Hable con miembros de su familia y/o amigos en los que usted confía. Hable con el médico de su hijo, su proveedor de cuidado infantil o cualquier otra persona que sea un apoyo en su vida.

Sabemos que

- El cerebro de su niño se desarrolla más rápidamente en los primeros 5 años de vida
- La manera de que usted interactúa con su niño afecta la forma en que se desarrolla su cerebro
- Las interacciones positivas y amorosas entre usted y su niño ayudan a que su desarrollo socio-emocional sea sano
- Un desarrollo socio-emocional sano es la base para que su hijo esté listo/a para la escuela

El desarrollo socio-emocional es la habilidad de su niña de

- Experimentar, expresar y manejar emociones positivas y negativas. Su niña puede:
 - Experimentar una gama de emociones como enojo, miedo, tristeza, alegría y orgullo
 - Hablar de sus sentimientos
 - Aprender cómo calmarse *con la ayuda de usted* (bebés y niños de 1 a 3)
 - Aprender cómo calmarse *por sí misma*, incluso cuando está muy molesta (niños de edad preescolar de 3 a 5)
- Desarrollar relaciones cercanas y agradables con otros niños y adultos. Su hija puede:
 - Sentir cariño por usted u otras personas que la cuidan (bebés y niños de 1 a 3)
 - Desarrollar relaciones cercanas con otros miembros de la familia y amigos conforme va creciendo
- Explorar activamente su entorno, con curiosidad y confianza. Su niña muestra interés en:
 - Usted y otros miembros de la familia
 - Quién es ella como persona, su cuerpo, lo que le gusta y lo que no le gusta
 - Objetos y el entorno en el que se encuentra
 - Probar cosas nuevas, aprender habilidades nuevas y ¡experimentar todo!

Para saber más. En las hojas de las ASQ[®]:SE-2 *Actividades de Aprendizaje y Más* (ASQ[®]:SE-2 *Learning Activities & More*) usted encontrará información sobre el desarrollo socio-emocional de su hijo y sugerencias sobre:

- Lo que su niño podría experimentar durante cada etapa de desarrollo
- Maneras en las que usted puede apoyar el desarrollo socio-emocional de su hijo
- Actividades para hacer entre padres/madres e hijos que fomentan el desarrollo socio-emocional
- Lo que usted podría experimentar o sentir en cada etapa de desarrollo
- Cómo cuidarse a sí mismo

¡Bienvenidos, madres y padres!

Su hogar, su familia. Estas hojas dan sugerencias e ideas sobre cómo interactuar con su niño de manera que apoye un desarrollo socio-emocional sano. Es posible que algunas de las ideas no le parezcan apropiadas para usted o para su niño. Con el tiempo, conforme vayan conociéndose y creciendo juntos, usted se dará cuenta de qué funciona para los dos. Quizá recuerde juegos y canciones, o tradiciones y rutinas familiares que formaron parte de su infancia. Es un regalo pasar esta cultura a su niño, y él aprenderá cosas de su familia a través de las tradiciones y rutinas que usted le transmita y otras que se desarrollen después.

¡Lo más importante es disfrutar esta increíble experiencia!
