Mostrando cariño y afecto

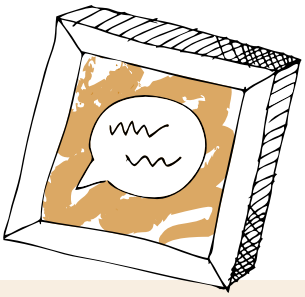
Repasemos:

Al iniciar la reunión, demos la bienvenida y luego preguntemos a las y los participantes:

- ¿Quiénes pueden ayudarnos a recordar lo que conversamos en la reunión pasada?
- ¿Quiénes lograron hacer en su casa la actividad que pedimos al final de la reunión pasada? ¿Cómo les fue?
- ¿Qué preguntas o dudas han quedado después de practicar la actividad?

¿Qué vamos a aprender?

Sobre la importancia de crear un vínculo con la o el bebé para su desarrollo emocional.



DIALOGUEMOS: Vamos a ver unas fotos, para conversar sobre lo que conocemos de este tema.

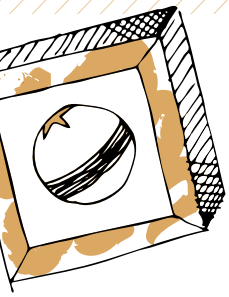


¿En su familia, cómo le demuestran cariño y afecto a las y los bebés?

¿Cómo han visto que responden las y los bebés cuando uno les muestra cariño y afecto?

¿Cuáles son algunas formas de demostrarle cariño y afecto a las y los bebés?





Actividad:
"Semillas de cariño"

Vamos a conocer diferentes expresiones de afecto que ayudarán al desarrollo emocional de la niña y el niño.

¿Qué vamos a necesitar?

- **Semillas medianas de la temporada**
- **Macetera**

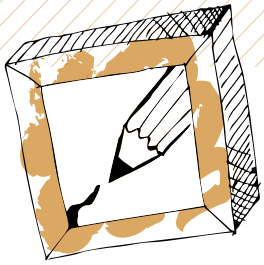
¿COMO LO VAMOS A HACER?

- Leamos el siguiente pensamiento "Los niños que reciben trato cariñoso en los primeros años de vida serán adultos seguros, capaces de expresar cariño y muy inteligentes". Preguntemos a las y los participantes qué piensan sobre eso, si es cierto o no. Luego pidamos que comenten de quién han recibido expresiones de afecto y cómo se han sentido en esos momentos.
- También pidamos a cada participante que exprese cómo le gustaría que fuera su bebé al convertirse en adulta o adulto.
- Ahora entreguemos a cada participante dos semillas que se convertirán en "semillas de cariño".
- Cada participante determinará una expresión de afecto para cada "semilla de cariño".
- Sentados en círculo coloquemos una macetera en el centro y cada participante pasara, a sembrar expresiones de afecto o cariño, diciendo: *"Para el futuro de mi bebé yo siembro... Besos." "Para el futuro de mi bebé yo siembro... Abrazos". "Para el futuro de mi bebé yo siembro... Caricias".*
- Después de decir la frase coloca la semilla dentro de la macetera para simular que está sembrando.

ALGUNAS SUGERENCIAS:

El grupo puede pensar en diferentes formas de mostrarle afecto a una o un bebé. La o el facilitador puede agregar algunas sugerencias, tales cómo:

- Acarícielе la cara.
- Sóbele el cabello.
- Dígale que lo quiere mucho y que es una o un bebé muy lindo.
- Juegue a levantar y bajar a la o el bebé.
- Hágale cosquillas en el estómago.
- Atiéndale prontamente cuando llora.



Para finalizar:
¿Qué aprendimos hoy?

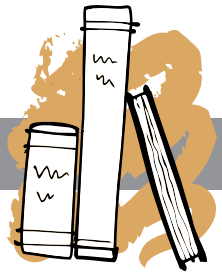
Ahora, repasemos lo que hemos discutido hoy.

- ¿Cómo se sienten después de esta reunión? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son los dos puntos más importantes que han aprendido hoy?
- ¿Qué harán de manera diferente de acuerdo a lo que han aprendido en esta reunión?
- ¿Cuáles son los puntos que más les gustaron?¿Hay algunas cosas que no les gustaron?
- ¿Les quedó alguna duda, inquietud o pregunta sobre lo que hemos platicado?
- ¿Algo más que quieran compartir?

Para concluir, ¿Tienen alguna recomendación para mejorar esta reunión cuando se realice con otras personas? *(Hay que explicar que al contestar estas preguntas, los participantes estarán ayudando a que la reunión sea aún mejor en el futuro para otros padres y madres que tengan bebés)*.

Para hacer en casa:

- Que los adultos que comparten la casa donde vive el bebé se reúnan para discutir las formas en que le están expresando su afecto; definirán si son correctas y si no lo están haciendo, determinarán las razones.
- Los padres contarán cada vez que le muestran afecto a su bebé en un día.



Información básica para la y el facilitador:

Conociendo más sobre cómo mostrar cariño y afecto:

Las y los bebés nacen con una serie de comportamientos especialmente diseñados para "enganchar" a las personas que los cuidan y así lograr que se encariñen con ellos. Son esas primeras y adorables sonrisas, sus balbuceos, sus gracias y simpáticos movimientos de sus manos, lo que atrae la atención de los adultos.

Las y los recién nacidos tienen que lidiar con muchos más cambios, que en cualquier otra etapa de la experiencia humana. En las primeras semanas, el comportamiento de las y los recién nacidos es cambiante y no se sabe cómo van a reaccionar, ya que se están ajustando a este nuevo ambiente fuera del vientre de la madre. De repente pueden ponerse a llorar sin razón alguna y también de repente, parar. El llanto es la forma en que se comunican con la gente en su mundo. Las y los bebecitos son particularmente sensitivos a los mensajes transmitidos por la piel, por lo que es muy importante tranquilizarlos a través del tacto (o sea tocándolos).

Es importante tratarlos con ternura: Envolverlos cálidamente, sostenerlos cerca de uno y con suavidad. También es muy importante que los responsables de cuidarlos les hablen con delicadeza, les sonrían y les vean directamente a los ojos.

A la mayoría de las y los bebés les gusta el contacto físico y cálido con los adultos, sin embargo, no todos son afectivos y rechazan, incluso, resienten la estrechez física y que los envuelvan con los brazos o cobijas. Estos bebés prefieren estar viendo y escuchando. Las madres y los padres deben aprender a lidiar con este tipo de bebés. Se deben ir realizando ajustes continuos en las conductas cariñosas hasta que se logre establecer un patrón, una rutina. Pueden pasar unos pocos días, así como también varias semanas antes de que el responsable de cuidarlo y la o el bebé comiencen a entenderse uno a otro.

Cuando las y los bebés lloran es por una razón, o usualmente, la falta de contacto físico o porque tienen una necesidad, que puede satisfacerse fácilmente al darles comida, afecto, abrazos o mecerlos. Entre las formas de calmarles y mostrarles afecto tenemos: darles besos, abrazos, masajes, baños, mantener contacto piel con piel o verlos a los ojos (mantener contacto visual). De forma natural e instintiva, las y los bebés se contentan cuando se les carga.

Todos los responsables de la o el bebé deben mostrarle afecto. Es particularmente importante que los varones de la familia como el padre o los abuelos también lo hagan. Igualmente las madres, ya que normalmente el lazo es más fuerte con ellas en esta etapa. Las y los bebecitos están conscientes de la presencia de sus hermanos y buscan atraer su atención.
Fuente: UNICEF Parent Education toolkit. Cassie Landers.

En resumen: El afecto construye la base para que las y los bebés se sientan seguros, amados y listos para explorar el mundo.