



*Mi Cuerpo, Mis Límites*

*Curriculo de la Escuela Primaria*

*Folletos*

[www.growingupknowing.org](http://www.growingupknowing.org)

601-589-0275

[tammy@growingupknowing.org](mailto:tammy@growingupknowing.org)

# **ACTIVIDAD PARA LOS PADRES:**

## **7 CONSEJOS PODEROSOS PARA UNA GRAN COMUNICACION ENTRE PADRES E HIJOS**

By Dr. Ron Taffell at Time.com, April 16, 2014

### **1. Habla durante los intermedios.**

¿Qué estabas haciendo la última vez que mantuviste una buena conversación con tu hijo? Sé las respuestas: caminar o conducir a la escuela, hornear juntos, la hora del baño y, por supuesto, la hora de acostarse. Estos tiempos y actividades aflojan las lenguas porque padres e hijos no se miran entre sí. La mayoría de nosotros creemos que hablar se supone que se trata de relacionarse profundamente, pero los niños realmente se abren en medio de hacer otras cosas, durante lo que yo llamo los "intermedios" de la vida.

### **2. Crea rituales de conversación.**

Observe el estilo conversacional de su hijo. Has oído hablar de estilos de aprendizaje o de atención, pero nuestros hijos tienen estilos de conversación fijos que no cambian demasiado. Un niño puede ser un animado orador de la mañana. Otro apenas es humano antes de que llegue el autobús, pero después de la escuela es una broma sin límites. A uno de sus hijos le gusta mucho ir y venir, otro necesita hablar a un ritmo más lento, un tercero no puede tolerar preguntas. La clave para la apertura es no cambiar lo que no se puede cambiar, sino respetar los tiempos naturales y las formas de hablar. Desarrolle lo que denominó "rituales de conversación" a su alrededor: 15 minutos de conducción juntos o tiempo de inactividad uno al lado del otro por la noche puede ser todo lo que necesita para establecer esa conexión.

### **3. Sé una persona.**

Responde a tu hijo con emoción real. No exagere con las reacciones, pero tampoco sea terapeuta. Asentir con la cabeza, nombrar los sentimientos y reflexionar de nuevo es fenomenal cuando los niños son extremadamente jóvenes o están molestos, enfermos o asustados. Pero para el seguimiento diario necesitamos estar en contacto con sus vidas, es mucho mejor responder como una persona real. "¿Estás bromeando, Michael hizo qué con Earnest?" "Me encanta lo que le dijiste a Jenny, me toca el corazón". Después de todo, ¿las respuestas genuinas no te hacen querer compartir más?

### **4. Animar la alfabetización emocional.**

Ayuda a tus hijos a contar la historia. Nos enfocamos en lo académico, pero nuestros niños también necesitan ser emocionalmente letrados, capaces de contar una historia de principio a fin. Los problemas se resuelven mejor cuando uno puede articularlos a otra persona y las personas encuentran soluciones juntos. Lo sé, los niños tardan tanto en llegar al punto y se deben seguir los horarios. Pero reduzca la velocidad durante dos minutos para hacer preguntas de acción: "¿Quién estaba allí? ¿Qué dijeron? ¿Qué pasó

después? "Esto ayuda a que su hijo se sienta escuchado y demuestre que está interesado en la historia completa. "El amor se centra interés", se ha dicho, y nuestros hijos pueden ver cuando estamos interesados en la historia. Cuando un niño de 6 años me dijo: "Quiero la atención total de mamá". "¿Qué quieres decir con que no hay hermanos cerca?" "No", respondió ella, "sin pensar en otras 50 cosas al mismo tiempo".

### **5. Los detalles importan.**

Presta atención a lo superficial. "Has perdido unas monedas de veinticinco centavos debajo de la máquina expendedora. ¿De qué año eran? "Estas preguntas nos lleva a la verdadera primicia. "Estaba en la máquina expendedora porque no creía que alguien me hablara durante el almuerzo". Lo trivial es donde viven los niños; se espantan cuando buscamos sentimientos más profundos, como en "¿Cómo te hizo sentir eso?". Así que, comprométete con lo superficial, y la mayoría de las veces lo trivial te conducirá a lo que realmente está sucediendo.

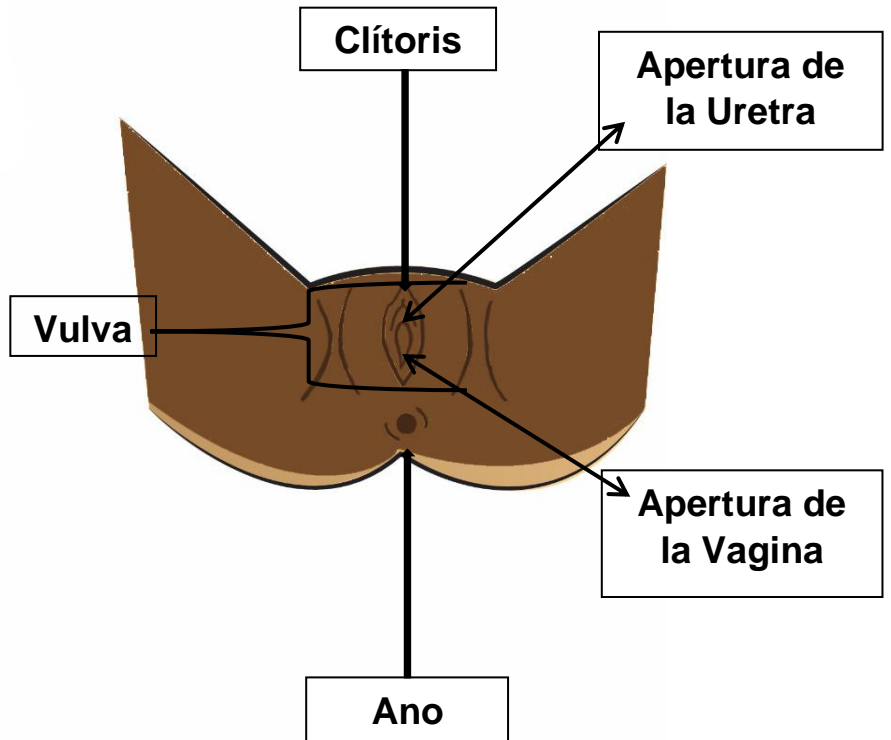
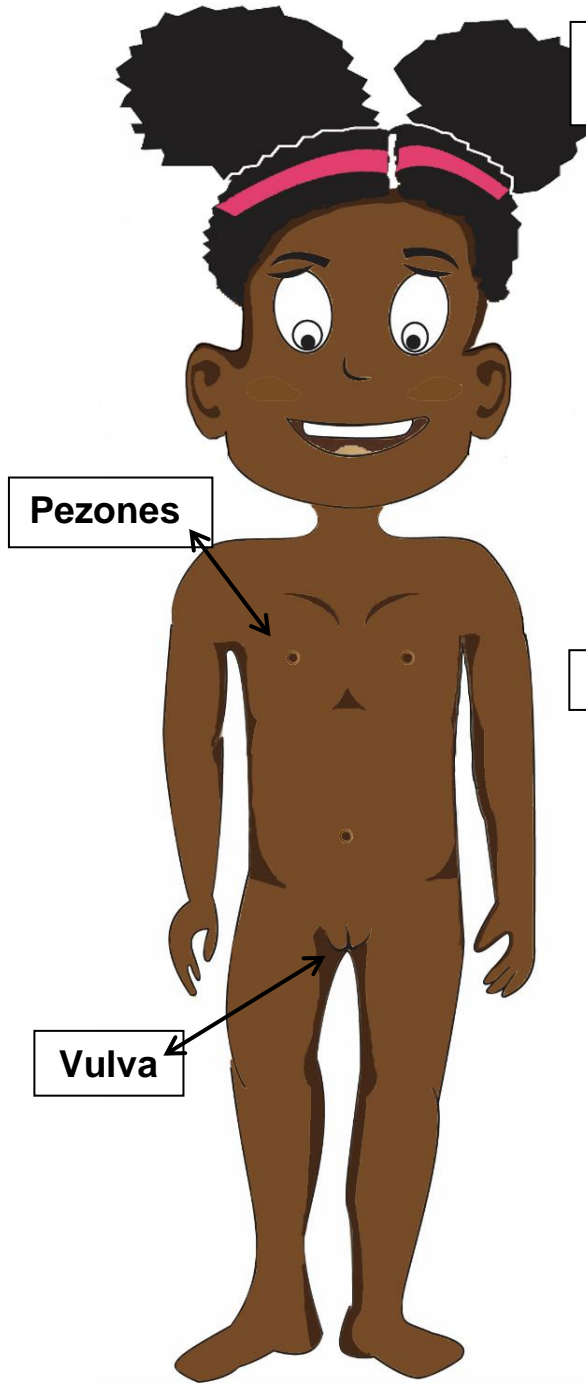
### **6. Usted cuenta, también.**

Esto es importante en nuestro mundo centrado en el niño. Habla de ti si quieres que tus hijos hablen de sí mismos. La próxima vez en la cena, dedique algunos momentos a la apertura de su día. Su hijo interrumpirá, y le garantizo que no llegará al final de la historia. La razón por la cual es un desencadenante de la conversación es que cuando hablas de ti recuerda a los niños sobre cosas en su memoria distante tres horas antes. Por ejemplo, si dice: "Tuve una discusión con uno de mis amigos en el trabajo", su hijo podría responder: "Tuve una pelea con Jenny durante el gimnasio". Y una nota especial sobre la hora de cenar: parrilla la comida no tus niños Las interminables preguntas como "¿Cómo estuvo la escuela?" Son una manera de evitar las conversaciones. Como me dijo un preadolescente, "parece que tengo que volver a producir lo todo otra vez en la cena".

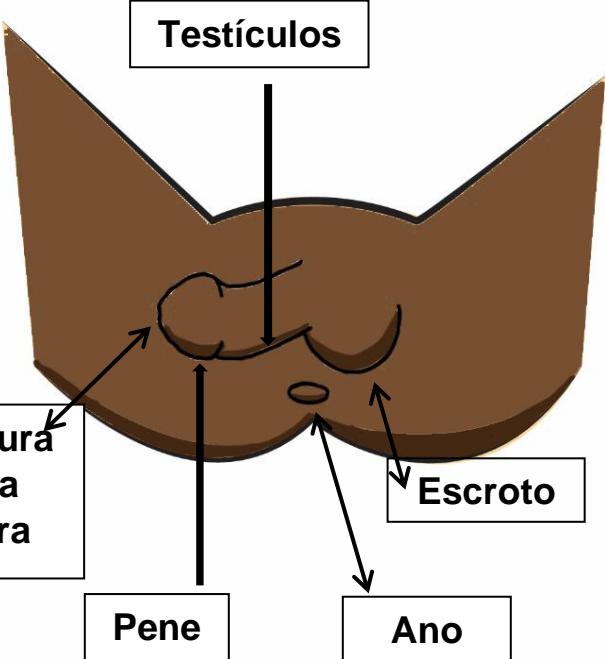
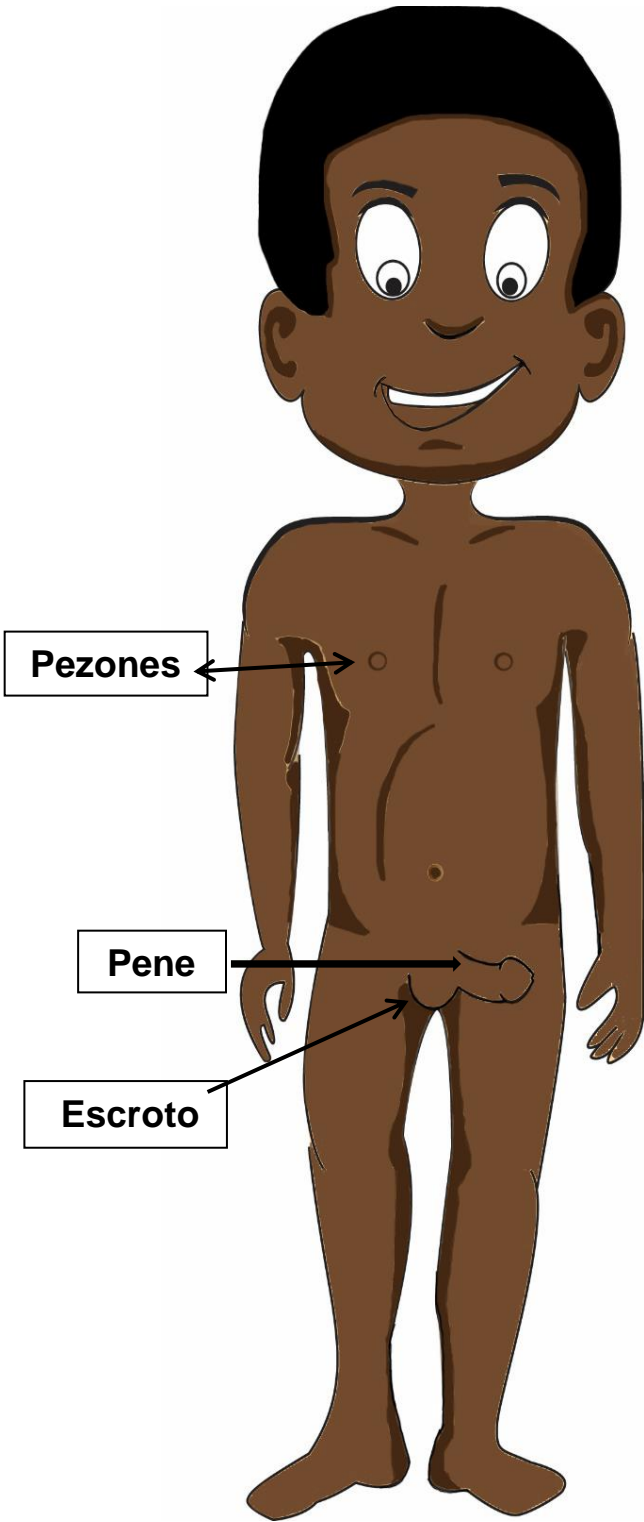
### **7. Dar consejos.**

Es difícil de creer, pero nuestros niños precoces del siglo 21 de todas las edades todavía anhelan la dirección. Después de la historia, después de haber respondido, discutan juntos cómo su hijo podría manejar la situación de manera diferente la próxima vez. Pide sus ideas, y no temas dar las tuyas. Trate de no dar conferencias, y preste atención a esas señales sutiles de continuar demasiado tiempo. Manténgalo corto, y use su sabiduría de la vida para guiar. Comience con: "Sé que mi experiencia no es como la suya, ahora es muy diferente", ya que incluso los niños pequeños deben sentirse lo suficientemente separados como para descubrir qué funciona. Un consejo potente significa reconocer sus propios límites para ayudar a los niños a tomar decisiones sin usted. Dígalos, "No puedo estar allí para tomar la decisión de compartir ese juguete o compartir ese secreto con Joanne, pero esto es lo que creo que sucederá". Cuando los niños saben dónde estás, se sienten más cerca de ti y más dispuestos a abrir.

# Anatomía Femenina



# Anatomía Masculino



# Me Gusta...No Me Gusta

Trabaja con un padre/cuidador para dibujar o escribir algunas formas que sí y no le gusta que lo toquen

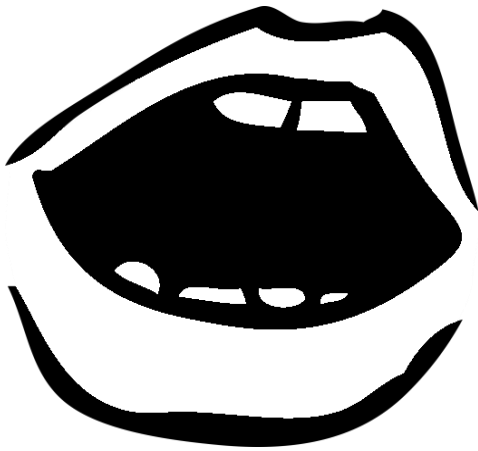
Me gusta cuando	No me gusta cuando...



Corre!



Pide Ayuda a Un Adulto!!



Describe lo  
Que Sucedió!!!

C.P.D

# Prevención de Abuso Infantil (Para Padres)

Si sospecha que su hijo, el hijo de su vecino, el amigo de su hijo o cualquier otro niño pueden ser víctimas de abuso o negligencia infantil, es su responsabilidad denunciar esta sospecha al Departamento de Servicios de Protección Infantil de Mississippi. No tienes que estar seguro, solo sospechar. A continuación, se encuentra la información que necesita saber sobre informes y procedimientos que puede llevar a casa con usted. No tiene que leer esto, pasa a la Actividad 9.

## Requisitos:

- Informe todas las sospechas de abuso y negligencia de un niño que no ha cumplido los 18 años.
- Los informantes obligatorios no pueden usar su propio criterio para decidir qué casos se deben informar o no a la agencia policial o estatal.

## Procedimiento:

- El informante obligatorio no puede delegar la responsabilidad de denunciar el abuso sexual a ninguna otra persona, pero debe hacer el informe personalmente.
- Se hacen informes a la Línea Directa de Abuso /Negligencia /Explotación Infantil **1-800-222-8000** o <http://www.msabusehotline.mdhs.ms.gov/home.aspx>
- Informe al 1-800-222-8000 si se trata de una emergencia, si desea se anónimo o si no tiene la información suficiente para completar el sistema de informes en línea.

## Información para saber:

- Nombre de la víctima, domicilio o ubicación, información escolar, edad, raza, sexo
- Descripción de la situación y marcas o hematomas que pueden estar presentes
- Persona responsable de la atención de la víctima (padre /tutor legal)
- Nombre presunto del perpetrador(s), y cualquier testigo de la situación
- Cualquier otra información relevante que ayude a acelerar la investigación
- Si el niño está en peligro inmediato, **llame al 911 inmediatamente**



**Usamos trajes de baño para cubrir las partes de nuestros cuerpos que son privadas. Nuestras áreas privadas siempre deben guardarse para nosotros mismos. No deberíamos tocar las partes privadas del cuerpo de otras personas, y ellas no deberían tocar las nuestras. Vamos a colorear los trajes de baño en esta página nuestros colores favoritos. ¡Sé creativo y diviértete**

