Encuentra más información y herramientas de apoyo a la crianza en:

www.crececontigo.cl

chcrececontigo

Chile Crece Contigo

Chile Crece Contigo

@CreceContigo

Talleres de **Apoyo a la Crianza**

Programa **Creciendo Juntos** en Radio Cooperativa.

Fonoinfancia
800 200 818
Llama o chatea de lunes a viernes de 8:30 a 21:00 hrs
www.fonoinfancia.cl

LLAME A SALUD RESPONDE
600·360·7777
PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

Ministerio de Desarrollo Social y Familia
Gobierno de Chile

Subsecretaría de la Niñez
Gobierno de Chile

Chile crece contigo
Protección Integral a la Infancia

Chile Crece Contigo, que forma parte del Sistema Intersectorial de Protección Social coordinado por el **Ministerio de Desarrollo Social y Familia**, promueve el desarrollo integral y el bienestar óptimo de todos los niños y niñas desde el comienzo de la vida.

Una iniciativa del Estado de Chile que busca avanzar hacia una sociedad donde la familia sea el eje fundamental de la política social.

Gobierno de Chile
gob.cl

Chile crece contigo
Protección Integral a la Infancia

7 Claves
para que tu hijo o hija potencie sus habilidades sociales y emocionales

¡Beneficios para toda su vida!

CIENTÍFICAMENTE COMPROBADO

- √ **Mejor aprendizaje y bienestar** en la etapa escolar.
- √ **Menor probabilidad de problemas de salud mental**.
- √ **Menores probabilidades de tener conflictos** con la justicia o comportamientos de riesgo.
- √ **Mejores relaciones afectivas y mejor desempeño laboral en la vida adulta**.

A continuación te dejamos 7 claves para ayudar a tu hijo o hija a desarrollar estas habilidades desde la niñez.

1 Comienza desde el primer día. **Acoger y calmar** el llanto de tu guagua es el primer ladrillo de la seguridad emocional futura.

Nómbrale lo que siente, aunque aún no pueda decirlo por sí mismo(a). *"Estás enojada porque se rompió tu juguete"*, *"Te dio pena que el niño no quisiera jugar contigo"*.

2

3 **Modela con el ejemplo**. Si tienes pena, vergüenza o rabia dilo y muéstrale cómo logras sentirte mejor sin dañar a otros.

4 **Los abrazos y regaloneos no son sólo para los bebés!**. Muchos niños a medida que crecen los van perdiendo y se quedan sin esta estrategia tan efectiva de poder sentirse acogidos.

Si les cuesta hablar de emociones en la familia, usen las películas que les gusten para hablar de lo que le pasa a sus personajes (p.ej: Intensamente, Coco, Up). Si a ti te cuesta hablar de esto, sólo deja que él/ella empiece a hacerlo.

5

6 Asegúrate de decirle muchas veces que no importa la edad que tenga, **SIEMPRE puede contar contigo y decirte si está mal o necesita ayuda**. Demuéstralo escuchándole y dándole tu atención cuando la pida.

Enséñale a ver debajo de la rabia: Muchas veces detrás de un adulto irritable o alterado hay una persona que sufre y no sabe cómo decirlo. Evita que le pase a tu hijo(a) dejando que pueda mostrar pena, vergüenza, miedo o ansiedad, sin importar si es niño o niña.

7

Criar un niño o niña emocionalmente seguro crea adultos más felices y capaces de resolver las dificultades de la vida sin violencia. ¿Comenzamos hoy?