



# Actividades para Promover la Resiliencia en Bebés y Niños Pequeños

Enfocarse en el factor protector del Apego/Relaciones

AR

**Apego/Relaciones** se refiere a la conexión emocional y continua que con el tiempo un niño construye con un adulto familiar, a través de la interacción propicia. A continuación se encuentran tres maneras en las que los padres, y las familias, pueden ayudar a su bebé o niño pequeño a edificar este factor protector.

1

## Proporcionar seguridad y protección.

Toque o cargue gentilmente a su bebé, o niño pequeño, cuando este en presencia de adultos desconocidos, para asegurarle a este que está a salvo. Manténganse cerca mientras que juega y explora. Su hijo lo busca para sentir seguridad. Cuando usted responde con una sonrisa, o un guiño, o lo carga cuando lo necesita, el niño aprende que usted es fiable y digno de confianza. En el futuro, esto le ayudará a confiar y a cuidar a otras personas en su vida, como un hermano, una amistad o una mascota.

2

## Utilizar una voz suave.

Háblele calmada y suavemente a su bebé o niño pequeño durante el día, evite utilizar una voz fuerte o abrupta la cual pueda asustar a un niño pequeño. Los niños escuchan y aprenden como comunicarse con los demás, escuchando nuestro tono y palabras. Modele bondad y paciencia en su tono de voz.

3

## Redirigir

Guíe gentilmente a su bebé, o niño pequeño, hacia una mejor opción cuando sea necesario. Los niños pequeños a menudo necesitan redirección para su propia seguridad. Si un bebé, o un niño pequeño se está moviendo hacia un entorno que no es seguro, los adultos deberán redirigirlo hacia algo más seguro e interesante. Los bebés y los niños pequeños son curiosos. ¡Buscan tocar, saborear y oler casi todo! Mantener el entorno seguro es un trabajo importante.

¿Desea obtener más información sobre cómo desarrollar la resiliencia en los niños pequeños?  
¡Visite hoy nuestro sitio web en [www.centerforresilientchildren.org](http://www.centerforresilientchildren.org)!