

PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA PARA HACER EN CASA

www.adaiencasa.com



INFORME CONSEJOS Y UTILIDADES PARA PADRES CON HIJOS DE 3 AÑOS

Su capacidad de comprensión cada vez es mayor y su vocabulario mucho más fluido. Es por ello por lo que debemos de hacer hincapié en contestar entendamos o no a cada una de sus preguntas por el mero hecho de que sienta que alguien le escucha.

No pierdas la oportunidad de explicarle las acciones que realizas e incluso describir el entorno donde os encontráis. Es importante que le hables despacio, vocalizando y dando la entonación correcta a cada una de las expresiones. No olvides que todavía está aprendiendo a utilizar el lenguaje verbal, tu ejemplo es importante.

Resolver pequeños problemas diarios es el mejor remedio para fortalecer su personalidad aumentando la autoestima y seguridad. Diariamente se encontrará con situaciones que le producen frustración, impotencia, etc. Deja que viva esos sentimientos aprendiendo que la dificultad se supera con el esfuerzo y persistencia y que los obstáculos solo hay que vencerlos. Para ello deberás de permitir su llanto, su rabia, como formas de exteriorizar esos sentimientos. Se paciente y tras cada batalla dale su recompensa, un reconocimiento por su esfuerzo un abrazo de consuelo etc. Él sabe que estás ahí pero es independiente a ti y cuanto antes aprenda esto mejor.

A los tres años, el apego por sus bienes materiales cada vez es mayor, todo es mío. Predica con el ejemplo y comparte tus cosas con él al mismo tiempo que le pides que comparta sus cosas contigo. Una manera interesante de empezar es colocando objetos suyos junto a los tuyos como por ejemplo, libros, películas, alimentos, jabones del baño. Como ves cosas que se pueden compartir.

Su fortaleza física aumenta y realizar actividades físicas en familia también colabora para educar a vivir de una manera sana. Podéis salir a dar paseos por el campo, mientras recolectáis tesoros, podéis ir en bicicleta con sillita, natación, etc.

Los hábitos que de ahora en adelante formen parte de vuestro día a día son los que definirán el estilo de vida de vuestro hijo, alimentación, higiene, ejercicio, lectura, comer en familia, horario de tv controlado, tiempo de juego, etc.

Siempre hablamos de los niños de tres años como los bebés que pasan a ser mayores, les hemos quitado el pañal, comen solos y comienzan el colegio. Es cierto ya no son bebés y por ello hay que dejar de tratarlos como tales procurando espacios donde se requiera de una mayor autonomía como por ejemplo en un parque para niños, en el campo realizando una excursión en familia. Debemos de permitir que ande con nosotros pero no cogido de la mano. Quizá sea el momento de premiar y valorar sus aprendizajes en solitario, observar cómo responde a nuestras advertencias y sobre todo como resuelve los conflictos con sus semejantes.

Consejos

1.- La descripción de cuanto le rodea le ayuda a conocer mejor su entorno, aunque su fluidez verbal todavía es escasa ha llegado el momento de aumentar ese diálogo que se limitaba a palabras sueltas. El motivo, mayor capacidad de atención y comprensión. Aprovecha cualquier espacio, paseo por la calle, supermercado, etc.

2.- Recuerda que la frustración es también un aprendizaje y debemos de facilitar esos momentos no cediendo en todo lo que quiere ni facilitándole realizar las cosas. Debe de aprender que el esfuerzo tiene su recompensa y que en la sociedad existen unas normas.

3.- Sus rabietas tienen un precio, tu paciencia y un premio, el crecimiento personal de tu hijo teniendo en cuenta los valores de la tolerancia y el respeto. No actúes con castigos ni chillidos frente a esas rabietas, ármate de valor y aguanta para que pasados unos minutos cuando recapacite poder dialogar y abrazar. Entenderá que no es algo personal.

4.- Compartir, es el difícil lema de imponer a esta edad, predica con tu ejemplo, comparte tus cosas personales con él para que después él comparta contigo, como por ejemplo, jabones del baño, comidas, música, etc.

5.- Refuerza hábitos saludables como la alimentación, el deporte, la lectura, música, etc. Si crece con ese entorno aprenderá a vivir con ello y en su futura adolescencia habrá más espacios donde elegir para divertirse.

6.- El bebé se hace niño, deja que ande contigo, pero no de la mano. Permite en los lugares que sea posible que disfrute de una cierta autonomía pudiendo gozar del placer de sentirse un individuo único y diferente a los demás.

7.- tras la autonomía que le ofrecemos observa como resuelve los conflictos con sus semejantes mientras sigues corrigiendo lo negativo y reforzando lo positivo. Es muy importante que no entres en los conflictos al menos que veas que pueden hacerse daño, tanto si sale vencedor como si sale vencido en cada ocasión habrá una lección que aprender.