



## PENSAMIENTOS ACERCA DE CONVERTIRSE EN MADRE



- Nuestros pensamientos afectan como vemos nuestras vidas y como desempeñamos nuestro papel de madres.
- A medida que empieza a desarrollar su papel de madre, Ud. puede decidir como desempeñar tal papel. Por ejemplo, Ud. decide:
  - como desea pensar acerca de sí misma, su bebé y su relación
  - como quiere tratar a su bebé y enseñarle a comportarse
  - que desea sentir por su bebé y las emociones que le gustaría enseñarle
- Recuerde que el aprender a pensar es parecido al aprender a hablar. Los bebés empiezan a aprender a pensar y hablar de acuerdo a como sus mamás les hablen y piensen.
- Si el bebé se cría en un hogar donde se utilizan palabras cariñosas, el bebé aprenderá a hablar cariñosamente.
- Su bebé aprenderá de Ud. Recuerde que Ud. es ¡su primera maestra!
- Ud. puede enseñarle a su bebé a pensar de una manera que le ayude a sentirse bien acerca de sí misma(o).
- Como madre, Ud. puede ser un ejemplo para su bebé. Ud. puede ayudar a su bebé a "moldear" sus pensamientos para que así él/ella tenga un mundo interno saludable.