

# CLASES DE PENSAMIENTOS QUE DESEO APRENDER PARA ENSEÑARLE A MI BEBÉ



**Nuestra mente es la realidad interna (nuestro mundo interno) de nuestra realidad personal.**

- La forma en que pensamos fue desarrollada a través de las experiencias de nuestra niñez.
- Lo que observamos, lo que escuchamos, las formas en que se nos trató, todas estas cosas ayudaron a crear esta realidad interna.
- Algunas cosas que aprendimos nos han servido de mucho, pero otras cosas nos han ocasionado cargas abrumadoras o nos han hecho sufrir.
- Ahora que somos adultos podemos decidir si queremos seguir pensando tal como aprendimos a hacerlo.

**Ahora que va a tener a su bebé, Ud. puede decidir como quiere enseñar a su bebé a pensar.**

- Puede reflexionar acerca de las cosas que le enseñaron sus padres, y escoger las que les fueron beneficiosas, y dejar a un lado las que no quieren transmitir a sus hijos(as). También puede hacer lo mismo con:
  - las formas de pensar que aprendieron en su país de origen
  - las formas de pensar que han encontrado en este país

**Es cierto que no hay forma de garantizar que su niño piense de una forma u otra. Sin embargo, hay formas de aumentar la posibilidad de que lo haga.**

- Desafortunadamente, sin querer hacerlo, los padres a veces les enseñan a sus hijos(as) a pensar, hablar, y comportarse en formas que no son saludables.
- En este curso, vamos a darles la oportunidad de que reflexionen y platicuen acerca de esto antes de que nazca su bebé, para que así puedan decidir las cosas que les quieren enseñar.