

HOJA DE EJERCICIOS 8.1: PENSAMIENTOS ACERCA DE CONVERTIRSE EN MADRE



- Nuestros pensamientos afectan como vemos nuestras vidas y como desempeñamos nuestro papel de madres
- Usted puede decidir como desempeñar tal papel. Por ejemplo, usted decide:
 - Cómo desea pensar acerca de si misma, su bebé, y su relación
 - Cómo quiere tratar a su bebé y enseñarle a comportarse.
 - Qué desea sentir por su bebé y las emociones que le gustaría enseñarle.
- Recuerde que el aprender a pensar es parecido a aprender a hablar. Los bebés aprenden a pensar y hablar de acuerdo a cómo sus mamás piensan y les hablan.
- Si el bebé se cría en un hogar donde se utilizan palabras cariñosas, el bebé aprenderá a hablar cariñosamente.
- Si el bebé aprenderá de usted. ¡Recuerde que usted es su primera maestra! Los bebés miran y escuchan lo que hacen y dicen las madres y tratan de imitarles desde muy temprano.
- Usted puede enseñarle a su bebé a pensar de una manera que le ayude a sentirse bien acerca de sí misma(o) y acerca de usted.
- Como madre, usted puede ser un ejemplo para su bebé. Usted puede ayudar a su bebé a formar sus pensamientos para tener un mundo interno saludable.