



ACOMPañAMIENTO Y EDUCACIÓN EN CASA

24 de septiembre, 2020

APUNTES DE LIBRO: “EL CEREBRO DEL NIÑO EXPLICADO A LOS PADRES”.
DR. ÁLVARO BILBAO. PLATAFORMA EDITORIAL, BARCELONA, 2015

PATERNIDAD - INTELIGENCIA – EMPATÍA – RABIETAS - REFORZAMIENTOS –
LÍMITES – CONFIANZA – TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN.
POR PATRICIA ESTELA RANGEL ALONSO

EL NIÑO SE CONECTA DE UNA MANERA DIRECTA CON UNA
PARTE MUY ESPECIAL DE NOSOTROS MISMOS:

AQUEL NIÑO QUE FUIMOS Y QUE AÚN SOMOS.

PREMISA: TODOS LOS PADRES QUEREMOS QUE NUESTROS
HIJOS SEAN FELICES Y EXITOSOS.

EDUCAR A UN NIÑO ES UNA GRAN RESPONSABILIDAD Y,
POSIBLEMENTE, EL ACTO MÁS TRASCENDENTAL DE LA VIDA DE
MUCHAS PERSONAS.

- CUIDADOS: NUTRICIÓN, ASEO Y PROTECCIÓN BÁSICA DEL NIÑO.
- ECONÓMICAS: ROPA, MEDICINA, ESCUELA, DIVERSIÓN, VIAJES...
- EDUCACIÓN: APOYAR AL NIÑO EN SU DESARROLLO CEREBRAL, PARA QUE ALGÚN DÍA ESE CEREBRO LE PERMITA SER AUTÓNOMO, CONSEGUIR SUS METAS Y SENTIRSE BIEN CONSIGO MISMO.

INTELIGENCIA (capacidad de resolver problemas nuevos y adaptarse al entorno):

- AL MENOS EL 50% ESTÁ DETERMINADA POR LOS GENES.
- POSIBLEMENTE 25% DEPENDE DE LOS COMPAÑEROS DE CLASE Y DE LOS AMIGOS CON LOS QUE SE RELACIONE EL NIÑO.
- NECESITA DE SUS PADRES PARA DESARROLLARSE. SUS CUIDADOS, SUS PALABRAS Y SUS BRAZOS LO NUTREN EMOCIONAL E INTELECTUALMENTE.

HOY EN DÍA LOS PADRES TIENEN MÁS OPORTUNIDADES DE
ACERTAR CON SUS HIJOS... AUNQUE TAMBIÉN DE
EQUIVOCARSE.

EL CEREBRO NO FUNCIONA COMO NOS GUSTARÍA QUE FUNCIONARA, NI TAMPOCO COMO A VECES CREEMOS QUE FUNCIONA.

LA DIFERENCIA ENTRE LO QUE EL NIÑO PUEDE HACER Y LO QUE LOS PADRES CREEN QUE PUEDE HACER PROVOCA MALENTENDIDOS, DISGUSTOS Y ENFADOS, QUE EN MUCHOS CASOS PODRÍAN EVITARSE SI ENTENDIÉRAMOS MEJOR LO QUE OCURRE EN SU CEREBRO.

EN EL DESARROLLO CEREBRAL LO ESENCIAL ES LO REALMENTE IMPORTANTE.

EL DESARROLLO NO ES UN PROCESO QUE PUEDA ACELERARSE SIN PERDER PARTE DE SUS PROPIEDADES.

LA EMPATÍA, LA CAPACIDAD DE ESPERAR, LA SENSACIÓN DE CALMA O EL AMOR NO PUEDEN CULTIVARSE A RITMO DE INVERNADERO Y REQUIEREN DE UN CRECIMIENTO PAUSADO Y UNOS PROGENITORES PACIENTES QUE SEPAN ESPERAR A QUE EL NIÑO DÉ SUS MEJORES FRUTOS, JUSTO EN EL MOMENTO EN QUE ESTÁ PREPARADO PARA DARLOS.

CADA SER HUMANO ESTÁ PROGRAMADO CON EL EMPUJE
NECESARIO PARA CONQUISTAR SU AUTONOMÍA Y FELICIDAD.

SI NADA LO IMPIDE, TODOS LOS SERES DE LA NATURALEZA
TIENDEN A DESARROLLARSE PLENAMENTE Y ALCANZAR TODO
SU POTENCIAL.

EL CEREBRO HUMANO MUESTRA UNA TENDENCIA NATURAL AL BIENESTAR, A BUSCAR SU FELICIDAD Y A ENCONTRAR SENTIDO A SU EXISTENCIA.

LOS PRIMEROS SEIS AÑOS SON LOS MÁS IMPORTANTES; SE DESARROLLA LA SEGURIDAD EN UNO MISMO Y EN EL MUNDO QUE NOS RODEA, SE DESARROLLA EL LENGUAJE, SE ASIENTA NUESTRA MANERA DE APRENDER Y LAS BASES QUE EN UN FUTURO NOS PERMITIRÁN RESOLVER PROBLEMAS Y TOMAR DECISIONES.

LA MÁXIMA DEBERÍA SER:

“DISFRUTA EL MOMENTO”.

AL NACER TENEMOS CASI LA TOTALIDAD DE LOS CIEN MIL MILLONES DE NEURONAS QUE TENDREMOS CUANDO SEAMOS MAYORES.

LA PRINCIPAL DIFERENCIA ENTRE EL CEREBRO DEL NIÑO Y DEL ADULTO ES QUE ESAS NEURONAS HABRÁN DESARROLLADO TRILLONES DE CONEXIONES ENTRE SÍ (SINAPSIS); CADA UNA DE ELLAS PUEDE TRADUCIRSE EN UN APRENDIZAJE QUE EL CEREBRO HA REALIZADO.

**LA PARTE MÁS EXTERNA DEL CEREBRO, LA CORTEZA CEREBRAL ESTÁ
DIVIDIDA EN DOS HEMISFERIOS:**

EL CEREBRO HUMANO ES UN ÓRGANO DE RAZÓN, SENTIMIENTOS Y EMOCIONES.

- CEREBRO REPTILIANO: NOS PERMITE LUCHAR POR NUESTRA SUPERVIVENCIA.
- CEREBRO EMOCIONAL: NOS PERMITE DISTINGUIR EMOCIONES AGRADABLES Y DESAGRADABLES.
- CEREBRO RACIONAL: NOS DISTINGUE DE OTROS ANIMALES. NOS PERMITE TENER CONCIENCIA DE NOSOTROS MISMOS, COMUNICARNOS, RAZONAR, PONERNOS EN EL LUGAR DEL OTRO O TOMAR DECISIONES BASADAS EN UN PENSAMIENTO MÁS LÓGICO O INTUITIVO.

EQUILIBRIO: UNO DE LOS PILARES FUNDAMENTALES QUE DEBEMOS TENER EN MENTE AL EDUCAR AL NIÑO.

- FAVORECER UN DESARROLLO EQUILIBRADO ENTRE EL CEREBRO EMOCIONAL Y EL RACIONAL.
- ACTUAR CON SENTIDO COMÚN.

UNO DE LOS ERRORES MÁS COMUNES EN EDUCACIÓN ES IRSE A LOS EXTREMOS.

RABIETAS

- SON UN FENÓMENO UNIVERSAL QUE OCURRE A TODOS (O CASI TODOS) LOS NIÑOS DE TODOS LOS PAÍSES Y CULTURAS DEL MUNDO.
- LOS PADRES QUE NO SABEN CÓMO ACTUAR TIENDEN A MOLESTARSE CON SUS HIJOS O A AVERGONZARSE CUANDO APARECE LA CLÁSICA PATALETA.

LAS NEURONAS INHIBITORIAS NO SE DESARRAOLLAN HASTA LOS CUATRO AÑOS.

EL ENFADO COMPLICA LA SITUACIÓN DE LA RABIETA: EL NIÑO TIENE QUE DESHACERSE DE SU ILUSIÓN, CALMAR SU RABIA Y, ADEMÁS, AGUANTAR A UNOS PADRES ENOJADOS QUE LO MIRAN CON MALA CARA O LE DICEN COSAS FEAS.

LA MEJOR MANERA DE AYUDARLO NO ES CHANTEAJEANDO, ENOJÁNDONOS NI CEDIENDO A SU PETICIÓN:

- **EXPLICAR:** AUNQUE NO SURTE NINGÚN EFECTO, AYUDA A QUE EL NIÑO VAYA DESARROLLANDO SU CAPACIDAD LÓGICA. NO SE TRATA DE CONVENCER NI PRESIONAR.
- **DARLE TIEMPO:** PODEMOS ESTAR SEGUROS QUE LA RABIETA PASARÁ EN UN RATO.
- **NO ALEJARSE:** NO AMENAZAR CON IRSE; EL NIÑO SE ASUSTA Y LA PRÓXIMA VEZ SE ANGUSTIARÁ MÁS.
- **UTILIZAR LA EMPATÍA:** SOLO CUANDO EL NIÑO ESTÁ SUFICIENTEMENTE CALMADO PARA ESCUCHAR. SENTIRSE COMPRENDIDO AYUDARÁ A CALMARSE. TIP: DÍ LO QUE VES.
- **OFRECERLE LOS BRAZOS:** SI LO PIDE O CUANDO ESTÉ UN POCO CALMADO. NO HAY NADA MALO EN QUE TERMINE DE APACIGUARSE CON UN ABRAZO.

- SER COMPENSIVO Y PACIENTE TE AYUDARÁ A SOLUCIONAR LOS CONFLICTOS CON MÁS RAPIDEZ Y A PERMANECER AL LADO DE TU HIJO CUANDO MÁS TE NECESITA.
- ***LOS NIÑOS NO PIENSAN NI TIENEN LAS MISMAS CAPACIDADES MENTALES QUE LOS ADULTOS;*** NECESITAN TIEMPO PARA DESARROLLARSE AL RITMO QUE MARCA SU CEREBRO.
- NADA DEBE HACER QUE LA RELACIÓN SE DETERIORE.

LOS SENTIMIENTOS Y LAS EMOCIONES SON DIFÍCILES DE
COMPRENDER PORQUE SON INTANGIBLES; EL NIÑO NECESITA
DE UN ADULTO QUE RESPONDA CONGRUENTEMENTE A SUS
NECESIDADES, EMOCIONES Y SENTIMIENTOS, NECESITA UNOS
PADRES QUE NO TENGAN DIFICULTADES EN EL
RECONOCIMIENTO Y EL MANEJO DE SUS PROPIAS EMOCIONES.

A MEDIDA QUE EL NIÑO SE HACE MAYOR, NO RESULTA TAN SENCILLO DAR RESPUESTA A SUS NECESIDADES.

LOS PADRES Y LOS MAESTROS DEBEMOS AYUDARLE A SATISFACER SUS NECESIDADES DENTRO DE LOS LÍMITES QUE ESTABLECE EL RESPETO A LOS DEMÁS.

EL MODELAMIENTO ES UNA OPORTUNIDAD PARA DEMOSTRAR
A TUS HIJOS HABILIDADES POSITIVAS Y PARA SER LA MEJOR
VERSIÓN DE TI MISMO.

NO SIGNIFICA QUE TENGAS QUE SER PERFECTO, PORQUE
NADIE LO ES.

EL NIÑO AL QUE SE LE REFUERZA DE MANERA INDISCRIMINADA CADA PEQUEÑA COSA QUE HACE BIEN, SERÁ UN ADULTO QUE NECESITARÁ LA APROBACIÓN CONSTANTE DE LOS DEMÁS.

LOS EXTREMOS SUELEN DAÑAR LA AUTOESTIMA.

LOS PREMIOS MATERIALES SON MUY POCO EFICACES COMO REFUERZO, INCLUSO CONTRAPRODUCENTES; LOS MÁS EFICACES SON LOS GESTOS SENCILLOS.

CADA VEZ QUE EL NIÑO SE SIENTE REFORZADO, UNAS NEURONAS MUY ESPECIALES (SITUADAS EN LA REGIÓN DEL CEREBRO QUE CONTROLA LA MOTIVACIÓN) SEGREGAN DOPAMINA Y ASOCIAN LA CONDUCTA REALIZADA CON LA SENSACIÓN DE SATISFACCIÓN O RECOMPENSA.

LA RECOMPENSA NO DEBE SER EL
MOTOR DEL NIÑO, SINO LA
CONSECUENCIA AGRADABLE QUE AYUDE
A QUE LAS CONDUCTAS POSITIVAS SE
REPITAN.

HASTA EN LOS CASOS SEVEROS DE PROBLEMAS DE CONDUCTA, FIJARNOS Y VALORAR LOS PEQUEÑOS PROGRESOS DEL NIÑO GENERA CAMBIOS EN SU COMPORTAMIENTO.

EL CEREBRO CAMBIA POCO A POCO, A BASE DE REPETICIONES Y APROXIMACIONES SUCESIVAS.

PROVOCAR UN CAMBIO EN EL CEREBRO DE UN NIÑO ES COMO ABRIR UN NUEVO CAMINO EN UN CAMPO DE HIERBA:

- DEBE PONER UN PIE FUERA DEL ANTIGUO CAMINO.
- DEBE CONTINUAR CAMINANDO EN LA DIRECCIÓN QUE LE INDIQUEMOS.
- DEBE CAMINAR MUCHAS VECES POR ESE RECORRIDO PARA HACER CAMINO.
- DEBEMOS CONFIAR QUE LA HIERBA CUBRA EL ANTIGUO CAMINO.
- PARA MOTIVAR LA CONDUCTA, HAY QUE REFORZAR CUANDO PONGA UN PIE SOBRE EL CAMINO QUE QUEREMOS QUE SIGA.

LA MEJOR ESTRATEGIA PARA MOTIVAR UNA CONDUCTA POSITIVA EN EL NIÑO ES FIJARNOS EN SUS BUENAS CONDUCTAS.

PARA CORREGIR LAS CONDUCTAS NEGATIVAS DEBEMOS BUSCAR ALTERNATIVAS AL CASTIGO, PORQUE ESTOS NO FUNCIONAN.

EL NIÑO QUE NORMALMENTE NO RECIBE LA ATENCIÓN
SUFICIENTE DE SUS PADRES, LOGRA QUE LE HAGAN CASO
PORTÁNDOSE MAL.

PARA UN NIÑO QUE SE SIENTE SOLO,
SER REGAÑADO ES MUCHO MEJOR
QUE SENTIRSE INVISIBLE.

CADA UNA DE NUESTRAS ACCIONES TIENE CONSECUENCIAS.
LA VIDA OFRECE SUFICIENTES CONSECUENCIAS NATURALES
QUE PUEDEN HACER ENTENDER AL NIÑO QUÉ
COMPORTAMIENTOS LE BRINDAN LOS MEJORES RESULTADOS.

LA LABOR DE LOS PADRES ES MOSTRAR AL NIÑO LAS
CONSECUENCIAS DE SUS ACCIONES, DE ACUERDO CON UNAS
NORMAS BÁSICAS.

LO NATURAL ES QUE EL NIÑO SE ADAPTE A LAS
CONSECUENCIAS, LO QUE ES MÁS EFECTIVO Y CONLLEVA
MENOS CULPA QUE UN CASTIGO.

LOS LÍMITES SIEMPRE HAN SIDO UN TEMA CONTROVERTIDO EN
LA EDUCACIÓN.

CUANDO EL NIÑO SE ENCUENTRA FRENTE A LA FRUSTRACIÓN
QUE SUPONE TENER QUE RESPETAR UN LÍMITE QUE ANTES NO
EXISTÍA, SE ENOJA, POR ESO A ALGUNOS PADRES LES CUESTA
MUCHO TRABAJO ESTABLECERLOS

ES IMPORTANTE MARCAR LAS NORMAS ESTABLECIENDO LÍMITES Y HACIÉNDOLOS VALER, ASÍ COMO SEÑALAR A LOS NIÑOS QUÉ COMPORTAMIENTOS SON ADECUADOS, PARA QUE SU CEREBRO LOS ACOMODE DE UNA MANERA POSITIVA.

LOS LÍMITES SON ESENCIALES EN LA EDUCACIÓN DEL CEREBRO.
EXISTE UNA REGIÓN EN LA QUE SE FIJAN LÍMITES, SE CUMPLEN Y SE
TOLERA LA FRUSTRACIÓN : EL ÁREA PREFRONTAL, LA MÁS
IMPORTANTE DE TODAS PARA CONSEGUIR LA FELICIDAD.

UNA PERSONA CON UN DAÑO EN ESTA REGIÓN SUELE SER INCAPAZ DE
REGULAR SUS ENFADOS Y DE RESPETAR LOS LÍMITES Y LAS NORMAS
SOCIALES.

LOS PADRES TAMBIÉN TIENEN QUE PONER LÍMITES A SUS PROPIAS NECESIDADES Y DESEOS PARA QUE SU HIJO EXPERIMENTE LOS LÍMITES NORMALES QUE HAY EN LA VIDA.

EN EL ÁMBITO EDUCATIVO, LOS LÍMITES SON UNA CLAVE
FUNDAMENTAL EN EL DESARROLLO DEL NIÑO.

LA CAPACIDAD DE FIJAR SUS PROPIOS LÍMITES Y DE CONTROLARSE
SON INDICADORES DE ÉXITO ACADÉMICO Y SOCIAL.

LOS NIÑOS DE HOY, MÁS QUE AMOR O CARIÑO, NECESITAN LÍMITES.

PONER LÍMITES EFICACES REQUIERE SABER QUE LO QUE ESTÁS HACIENDO ES BUENO PARA TU HIJO Y QUE NO HAY NADA QUE DISCUTIR. CUANDO SON MAYORES SE PUEDE NEGOCIAR.

CUANDO VA A PASAR ALGO RIESGOSO, LA ACTITUD DEBE SER: INMEDIATA, CLARA Y SEGURA.

LOS LÍMITES SON PARTE DE LA VIDA DEL NIÑO DESDE EL
MOMENTO DEL NACIMIENTO, Y ES IMPORTANTE QUE SE
ACOSTUMBRE A ELLOS POCO A POCO.

SABER ESPERAR ES CRUCIAL PARA SU DESARROLLO EMOCIONAL
E INTELECTUAL.

EDUCAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

LA IMPORTANCIA DEL CEREBRO EMOCIONAL VA MUCHO MÁS
ALLÁ DE SU PAPEL EN LOS SEIS PRIMEROS AÑOS DE VIDA;
ES CRUCIAL EN LA VIDA DEL ADULTO.

EL CEREBRO EMOCIONAL ESTÁ PRESENTE EN TODAS LAS ACCIONES DE LA VIDA COTIDIANA.

ANTE LAS DECISIONES MÁS IMPORTANTES, CRECE Y EJERCE UNA INFLUENCIA PODEROSA, A VECES IRREFRENABLE, SOBRE EL CEREBRO RACIONAL.

LAS EMOCIONES SON COMO LA MATERIA OSCURA DEL UNIVERSO: CON FRECUENCIA NO PUEDEN VERSE, PERO SUPONEN UN 70% DE LA ENERGÍA CEREBRAL.

LAS PERSONAS CON MAYOR INTELIGENCIA EMOCIONAL NO SOLO SON MÁS FELICES; TOMAN DECISIONES MÁS ACERTADAS, TIENEN MÁS ÉXITO Y SON MEJORES LÍDERES. TODO EL CEREBRO INTELECTUAL SE CONSTRUYE SOBRE EL CEREBRO EMOCIONAL.

JUNTO CON EL CONTACTO FÍSICO, LOS CUIDADOS MÁS BÁSICOS QUE LOS PADRES TIENEN CON SUS HIJOS SON LA PRINCIPAL MANERA DE CONSTRUIR EL APEGO.

PARA MANTENER UNA RELACIÓN ESPECIAL CON LOS HIJOS SE DEBE SEGUIR CONSTRUYENDO EL VÍNCULO TODA LA VIDA.

LA MENTIRA GENERA DESCONFIANZA.

EL NIÑO OBEDECE PORQUE PUEDE, PORQUE QUIERE Y
PORQUE CONFÍA.

**UN VÍNCULO POSITIVO Y SEGURO ES NECESARIO PARA EL
DESARROLLO CEREBRAL DEL NIÑO.**

**LA CONFIANZA EN SÍ MISMO Y EN EL MUNDO EN EL QUE VIVE
CONSTITUYEN LOS CIMIENTOS DE UNA BUENA INTELIGENCIA
EMOCIONAL.**

**ABRÁZALO Y BÉSALO CON FRECUENCIA, PASEN TIEMPO DE
CALIDAD JUNTOS Y CONVERSA CON ÉL DE UNA MANERA
RECÍPROCA, EVITA TRAICIONAR SU CONFIANZA Y HAZLO SENTIR
UNA PERSONA VALIOSA Y EXCEPCIONAL.**

LA CONDUCTA DE LOS PADRES PROVOCA UNA RESPUESTA EN EL CEREBRO DEL NIÑO:

- TRANQUILOS: PERMITEN AL NIÑO EXPLORAR. EL CEREBRO SE MANTIENE ALERTA.
- INTRUSIVOS: INHIBEN LA DETERMINACIÓN DEL NIÑO. EL CEREBRO EMOCIONAL NO SE DESARROLLA ADECUADAMENTE.
- TEMEROSOS: EL CEREBRO LIBERA UNA SEÑAL DE ALARMA, LA AMÍGDALA SE ACTIVA Y EL NIÑO SIENTE MIEDO INMEDIATAMENTE.

CUANDO LOS PADRES DEPOSITAN MÁS CONFIANZA, EL NIÑO ES CAPAZ DE ACTIVAR LOS CIRCUITOS DE AFRONTAMIENTO Y DE MANTENERLOS FIRMES INCLUSO ANTE LA INCERTIDUMBRE.

PODER TOMAR DECISIONES AYUDA A DESARROLLAR CONFIANZA.

LA RESPONSABILIDAD ES UNA PARTE INELUDIBLE DE LA
EXISTENCIA, ES OCUPARSE DE UNO MISMO.

EDUCAR EN LA RESPONSABILIDAD ES UNA MAGNÍFICA
OPORTUNIDAD PARA ENSEÑAR A LOS NIÑOS A CUIDARSE Y A
SABERSE VALER POR SÍ MISMOS.

UN NIÑO QUE CRECE SINTIENDO LA CONFIANZA DE SUS PADRES EN ÉL, SERÁ UN ADULTO QUE SE SIENTA CAPAZ DE LOGRAR SUS METAS Y ASPIRACIONES.

HAY QUE EVITAR SOBREPOTEGER AL NIÑO, HAY QUE CONFIAR EN ÉL Y EN SU CAPACIDAD PARA DESARROLLARSE PLENAMENTE.

EVITAR VALORAR ÚNICAMENTE SUS RESULTADOS Y RECONOCER SU ESFUERZO, SU CONCENTRACIÓN O EL DISFRUTE A LA HORA DE ENFRENTAR UNA SITUACIÓN DIFÍCIL.

UNA PARTE ESENCIAL DEL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA
EMOCIONAL ES SER CAPACES DE SUPERAR NUESTROS
MIEDOS.

**PARA AYUDAR AL NIÑO A PREVENIR Y A SUPERAR SUS MIEDOS,
DEBEMOS SER RESPETUOSOS Y COMPENSIVOS CON SUS
SENTIMIENTOS.**

ES UN INSTINTO NATURAL ACOMPAÑAR Y PROTEGER AL NIÑO.

**DEBEMOS AYUDARLES A ENTENDER EL MUNDO PARA QUE ESTÉN
PREPARADOS PARA ENFRENTAR LOS RETOS CON VALENTÍA.**

TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

SER CAPACES DE TOLERAR LA FRUSTRACIÓN PARECE SER UN SEGURO FRENTE A LA DEPRESIÓN.
DOCTOR MARTIN SELIGMAN.

LOS NIÑOS NO ESTÁN EXPUESTOS A SITUACIONES FRUSTRANTES DE LA MISMA MANERA QUE LO ESTUVIERON SUS PADRES O ABUELOS.

LA LLEGADA DEL INTERNET, EL AVANCE DE NUEVAS TECNOLOGÍAS Y EL MODELO DE GRATIFICACIÓN INSTANTÁNEA PUEDE TENER GRAVES CONSECUENCIAS EN LA SALUD MENTAL DE LOS NIÑOS.

Algunos comportamientos típicos de niños que no han aprendido a gestionar la frustración:

- REACCIONAN AGRESIVAMENTE CUANDO SIENTEN FRUSTRACIÓN.
- ABANDONAN LA TAREA, NO PERSISTEN.
- IMPACIENTES E IMPULSIVOS.
- BUSCAN REFUERZO O GRATIFICACIÓN INMEDIATA.
- DEMANDAN DE FORMA EXIGENTE.
- PENSAMIENTO POCO FLEXIBLE.
- INTOLERANTES AL ERROR O AL FRACASO.
- DIFICULTAD PARA ADAPTARSE A LOS CAMBIOS.
- PRESENTAN ANSIEDAD.
- SON INSEGUROS.

EVITAR COLMAR TODOS LOS DESEOS DEL NIÑO VA A ENSEÑARLE
TRES COSAS QUE PUEDEN AYUDARLO A SER MÁS FELIZ EN LA VIDA:

LA FELICIDAD NO SE PUEDE COMPRAR.

EN LA VIDA NO PODEMOS TENER TODO LO QUE QUEREMOS.

LAS PERSONAS SE SIENTEN FELICES POR COMO SON Y POR COMO
SE RELACIONAN CON LOS DEMÁS.

LA MEJOR RECETA PARA
SER UNA PERSONA INFELIZ
ES PENSAR
CONSTANTEMENTE EN LAS
COSAS QUE NO TIENES.

LAS PERSONAS FELICES DIRIGEN SU
ATENCIÓN A AQUELLAS COSAS QUE SON
POSITIVAS, Y ESO ES ALGO QUE SE PUEDE
ENTRENAR CON UN EJERCICIO TAN
SIMPLE COMO ESCRIBIR (O MENCIONAR)
TRES COSAS POSITIVAS QUE TE
OCURRIERON A LO LARGO DEL DÍA.

LAS PERSONAS QUE DICEN “GRACIAS” CON FRECUENCIA, Y QUE SE SIENTEN AGRADECIDAS, ALCANZAN MAYORES NIVELES DE FELICIDAD.

EL AGRADECIMIENTO AYUDA A PONER LA ATENCIÓN EN EL LADO POSITIVO DE LA VIDA.

LA FELICIDAD ES UNA CONJUNCIÓN DE CARÁCTER, SEGURIDAD, CONFIANZA, CAPACIDAD DE DEFENDER NUESTROS DERECHOS Y UNA MIRADA POSITIVA A LA VIDA.

PUEDES CONTRIBUIR A QUE TU HIJO CONSTRUYA UN ESTILO DE PENSAMIENTO POSITIVO AYUDÁNDOLO A SENTIR AGRADECIMIENTO POR LAS PEQUEÑAS COSAS DE CADA DÍA, A SACAR UNA LECTURA POSITIVA DE SU DÍA Y A CULTIVAR SU PACIENCIA Y SU TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN.

¡GRACIAS!

colgiosmontessoribellavista@gmail.com

<https://www.facebook.com/MontessoriBellavista>