



# Fortaleza a través de vínculos fuertes





# Índice

Prefacio	1
Quiero ser fuerte, y para eso necesito...	2
...proximidad y contacto corporal	4
...sentirme seguro y protegido	6
...cariño y diálogo	8
...vínculos fuertes	10
...que reconozcan mi individualidad	12
...confiar en mis aptitudes	13
...un entorno que fomente mi desarrollo	14
...guía y orientación	16
Explicaciones	18
Fortaleza a través de vínculos fuertes: ¿qué necesitan las madres y los padres?	19
Elternbildung CH	20
Jacobs Foundation	20
Enlaces útiles	21

# Prefacio

En la vida de un niño, la educación es el fundamento de su desarrollo. Desde el primer día. Todos los procesos de desarrollo se basan en la relación del niño con, por lo menos, una persona de referencia. Los aspectos importantes para establecer dicha relación es lo que trataremos en este folleto, que va dirigido a las personas de referencia más importantes para bebés y niños pequeños. A través de ocho mensajes, muestra lo que un niño necesita para volverse fuerte. Sobre estas bases, el niño adquiere las herramientas necesarias para enfrentar los retos y superar las etapas de desarrollo de los próximos años.



**“Quiero ser fuerte, y para eso**

**...proximidad y contacto corporal”**

**...sentirme seguro y protegido”**

**...cariño y diálogo”**

**...vínculos fuertes”**

**...que reconozcan mi individualidad”**

**...confiar en mis aptitudes”**

**...un entorno que fomente mi desarrollo”**

**...guía y orientación”**

necesito...



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...proximidad y contacto corporal”.

**Ya estoy en el mundo. Respiro. Ahora siento curiosidad por conocer mi entorno y tomar contacto con él. Todo esto me da muchos impulsos que son imprescindibles para mi futuro desarrollo.**

- Ya antes de nacer me gusta oír la voz de mis padres y me encanta cuando acarician el vientre de mamá.
- No solamente me gusta, sino que necesito el contacto con la piel de mis padres.
- Incluso sin hablar puedo expresar lo que siento y lo que necesito y conseguir que me entiendan.
- Cuando estoy paseando con mamá y papá, quiero poder verlos.
- Me gustaría que mamá y papá se entretengan conmigo y que yo pueda responderles dentro de mis posibilidades.

- Ya antes de nacer, el niño percibe sensaciones de su entorno en el vientre materno. Al oír la voz de sus padres, comienza a tomar contacto con ellos.
- Para que el recién nacido no se sienta solo e indefenso después de nacer, es importante que lo recuesten inmediatamente sobre el vientre de la madre. Ese contacto de ambas pieles contribuye a reforzar la relación emocional del niño y su madre. El contacto corporal es muy importante en los primeros meses de vida.
- Con su llanto, su voz, la expresión de su cara y sus movimientos, el bebé expresa cómo se siente. Cuando un bebé llora, la mamá o el papá van rápidamente a ver qué le pasa. Le muestran así que están a su lado y que no lo dejan solo. Le dan esa seguridad que más adelante le permitirá aprender que a veces también debe esperar.
- De paseo en el cochecito, en el portabebés o en el canguro, el niño se siente más a gusto si puede ver la cara de la mamá o del papá y así está en contacto con esa persona que le es tan familiar. La posición ideal es llevarlo de costado en la cadera, para que pueda escoger si desea mirar a su persona de contacto o prefiere observar el mundo que le rodea. Si el bebé no ve a su persona de referencia, puede sentirse inseguro y abandonado ante tanta gente extraña e impresiones inhabituales.

- Después del nacimiento, los padres deben continuar el contacto que iniciaron con el niño ya durante el embarazo. Para ello deben hablarle, contarle cuentos, cantarle y reír con él. Le dan así la posibilidad de que les responda con su mímica y sus gestos y de que se comunique con ellos. Cuando el bebé desvía su mirada, nos dice que necesita una pausa, porque tiene que asimilar lo que acaba de vivir. Si los padres le preguntan cómo está, no les responderá con palabras sino con una expresión satisfecha de la cara y con arrullos. El bebé entiende el tono cariñoso y protector de sus padres.



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...sentirme seguro y protegido”.

**Para poder desarrollarme correctamente, quiero sentirme seguro y protegido en mis primeros años de vida.**

- Quiero tener la posibilidad de sentirme protegido y seguro.
- Me resulta casi imposible cambiar mi situación sin ayuda. Por eso, cuando lo pido, necesito afecto y la sensación de que puedo confiar en otras personas.
- Necesito tener a una persona de referencia, sensible a mis necesidades.
- Percibo el mundo con todos mis sentidos, y las impresiones vividas me acompañarán toda la vida.
- A veces casi no me puedo tranquilizar. Es entonces cuanto más necesito protección y seguridad.

- El deseo de sentirse seguro y protegido y de tener en quien confiar es una necesidad natural del ser humano. En brazos de la madre o de otra persona de referencia, el bebé se siente seguro y protegido. Y es así como mejor consigue ingresar en un nuevo mundo, extraño y desconocido.
- Los bebés aprenden primero a conocer y ordenar sus sentimientos, pero no siempre pueden hacerlo solos. Además, todavía no son capaces de modificar su situación por sus propios medios.  
Los bebés que lloriquean o gritan necesitan que una persona de referencia acuda rápido a darles la protección y seguridad que reclaman.  
No se debe reprender ni negarles atención a los bebés cuando gritan o lloriquean, porque esto es perjudicial para el desarrollo infantil.
- En los primeros meses de vida se desarrolla la comprensión emocional a través de una persona de referencia que está a disposición del bebé, que le es familiar y en la que él puede confiar. Por lo general, esta persona es la madre o el padre. Esa persona es sensible a las señales enviadas por el niño, trata de entenderlas y de responder a ellas de forma adecuada.
- Ya en la fase prelingüística, el niño percibe con sus cinco sentidos la conducta y las acciones de sus personas de referencia.  
Todo lo que siente queda grabado en su memoria. A lo largo de la vida, esos recuerdos influirán en la forma en que el niño, el joven y el adulto se sentirán





en su vida diaria. La relación con todas esas experiencias tempranas es inconsciente y por eso es muy importante que el niño se sienta protegido.

- Existen bebés a los que no es fácil tranquilizar y que hacen que a veces sus padres lleguen a sus límites. Precisamente esos niños son los que más necesitan sentir que están protegidos y que tienen en quien confiar. Para que sus padres puedan transmitirles esa sensación, es importante que tengan la posibilidad de recibir ayuda y de que otras personas les releven a veces en sus tareas.

# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...cariño y diálogo”.

**Soy un bebé y me gusta que mamá o papá me dediquen toda su atención... cuando me bañan, me visten o me dan de comer o cuando descubro el mundo que me rodea. Cuando me hablan, aprendo su lengua y me doy cuenta de que soy importante y de que también es importante lo que comunico.**

- Me gusta el rostro de mi persona de referencia y me encanta imitar las expresiones de su cara y los sonidos de su voz.
  - Me encanta que mamá o papá me expliquen lo que hacen, aunque todavía no puedo entender todo lo que me dicen.
  - Cuando descubro algo nuevo, busco con la mirada a mi persona de referencia. Ella me ayuda y me hace sentir seguro.
  - Mi persona de referencia me nombra las cosas que toco o señalo el dedo.
  - Si esa persona me dedica toda su atención durante un tiempo, después me gusta entreterme solo un rato.
  - Volved la cara hacia mí y miradme a los ojos cuando habláis.
- 
- A los bebés les gusta observar el rostro de otras personas. Pueden hacerlo, por ejemplo, mientras los bañan o les cambian el pañal. Si el bebé puede mirar la cara de su persona de referencia, imita su expresión y a través de los sonidos de su voz le demuestra que se siente muy a gusto.
  - La persona de referencia percibe los gestos y sonidos del bebé, puede responder a ellos y completarlos, y esto es una base importante para la adquisición del habla.
  - Cuando las acciones se acompañan de las palabras correspondientes en la lengua materna, el niño ve y siente una relación entre las acciones y las palabras. Esta es otra de las bases para el desarrollo del lenguaje.
  - En cuanto el niño puede desplazarse activamente y desea descubrir y probar cosas nuevas, busca la atención de su persona de contacto a través de la mirada. Quiere saber si esa persona está de acuerdo o no con lo que él pretende hacer. Para saberlo, presta atención a la expresión de su cara y a la forma en que le habla.
  - Cuando el niño comienza a señalar determinados objetos con el dedo, la persona de contacto debe nombrárselos y hablar con él acerca de ellos. Si el niño

designa lo que ve utilizando vocablos sin sentido, la persona de contacto los registra y nombra el objeto o la situación en el idioma materno – o paterno. Esto hace que el niño sienta que toman en serio sus expresiones. De este modo va adquiriendo el lenguaje de forma natural.

- El niño al que su persona de contacto le dedica toda su atención durante un tiempo, hablándole o comunicándose con él de forma amena y vivaz, ve satisfecha su necesidad de contacto e intercambio. Esto y su deseo natural de hacer cosas por su cuenta permiten que después quiera y pueda entretenerse un rato solo, consigo mismo o con su entorno.
- Al mirar a un niño a los ojos, el adulto le muestra que lo toma en serio y que busca establecer un contacto personal con él.



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...vínculo fuertes”.

**Papá y mamá han percibido mis necesidades desde un comienzo, las han interpretado correctamente y han reaccionado rápidamente. Han sido sensibles a esas necesidades. Por eso ahora sé que puedo confiar en ellos. Me une a ellos un vínculo fuerte y firme, que ha reforzado la confianza que tengo en mí mismo.**

**Gracias a ello, puedo salir de mi entorno seguro para vivir nuevas experiencias fuera del marco familiar y hacerme cada vez más independiente.**

- A veces me siento inseguro frente a extraños y prefiero entrar lentamente en contacto con desconocidos.
  - Aunque quiero investigar y descubrir cosas nuevas, es importante para mí tener la posibilidad de regresar rápidamente donde están mamá o papá.
  - Necesito tener la seguridad de que mis personas de referencia están cerca de mí.
  - Puedo expresar con quién deseo estar y con quién no. Tomadme en serio.
  - Si tengo que quedarme solo con personas extrañas, no os vayáis hasta que me sienta seguro.
- 
- La reacción de rechazo del bebé frente a personas extrañas durante el primer año de vida muestra que ya es capaz de distinguir a las personas conocidas. El niño debe ir entablando contacto con nuevas personas lentamente y paso a paso, hasta establecer con ellas una relación de confianza.
  - Para animarse a dar los primeros pasos alejándose de su persona de referencia para descubrir cosas nuevas, el niño tiene que tener la seguridad de que puede volver a su lado en todo momento.
  - Las impresiones vividas desde el primer día quedan grabadas en la memoria, y es en los tres primeros años de vida cuando adquirimos los recursos básicos para afrontar los retos de la vida. Por eso es importante que las madres, los padres y todas las personas de referencia dentro y fuera de la familia presten la máxima atención a la creación de vínculos fuertes y firmes y a los sentimientos del niño.
  - Si el niño desea poner límites entre él y otras personas, hay que tomarlo en serio. En caso contrario, se sentirá impotente y desamparado, y esas sensaciones empezarán a determinar su sentimiento básico en la vida.

- Si el cuidado del niño se confía a una niñera, madre de día o guardería, la presencia de la madre o del padre será necesaria hasta que el niño se sienta seguro con la nueva persona de referencia. Siempre se necesita una fase de acostumbramiento adaptada al niño.



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...que reconozcan mi individualidad”.

**Soy único. Vine al mundo con mi temperamento y mis disposiciones naturales. Y con ellos me iré desarrollando, manejándolos a mi manera, que es única e individual, pero que también depende de mi entorno.**

- Quiero que reconozcan mi individualidad.
- No me gusta que me comparen con otros.
- Necesito tiempo para desarrollarme.
- Si os fastidio, decídmelo por qué y qué es lo que os disgusta, pero no me cuestionéis como persona.
- Si reconocéis mis puntos fuertes, me siento querido y dispuesto a seguir avanzando.

- El reconocimiento de la individualidad de cada niño exige que los adultos no dispongan de él según criterio propio como si fuera un objeto.
- El reconocimiento de la individualidad del niño excluye las comparaciones para determinar si es mejor o peor que otros. Estas comparaciones hacen que se sienta presionado y obligado a ser mejor y atentan contra el proceso de adquisición de seguridad en sí mismo.
- Reconocer la individualidad significa dar a cada niño el tiempo que necesita para su desarrollo individual. Un proverbio africano dice que el pasto no crece más rápido si se tira de él.
- Observaciones peyorativas sobre su persona hacen que el niño se sienta rechazado. El niño debe sentir que “lo que molesta a mis padres es lo que hago y no yo, como persona”.
- Si la autoestima es lo que importa y si la madre, el padre y otras personas de referencia se interesan por los puntos fuertes y habilidades y no por los puntos flojos del niño, este se sentirá amado y aceptado.



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...confiar en mis aptitudes”.

**Creo en mí y estoy convencido de que puedo lograr cosas por propio esfuerzo. Esto lo he aprendido de vosotros. Puedo confiar en mi madre y en mi padre, sé que ellos me acompañan y me apoyan.**

- Cuando doy a entender que necesito algo, es bueno para mí que alguien acuda pronto a mi lado.
- Quiero ser activo, participar de la vida diaria y descubrir lo que quiero hacer.
- Exploro, copio, repito e imito a otras personas. Apoyadme, porque estas son formas de aprender.
- He descubierto algo y deseo mostrarlo. Compartid esa alegría conmigo, porque esto me alienta a seguir adelante.

- Cuando en los primeros meses de vida el bebé da a entender que necesita a alguien, y la madre, el padre u otra persona conocida acude a su lado, el bebé experimenta autoeficiencia.
- El niño adquiere confianza en lo que hace si le permiten tomar parte activa en diversas

actividades. En su aseo personal o al vertirse, eligiendo lo que desea comer o dándole varias veces por día la posibilidad de decidir cómo quiere ocupar su tiempo. Estas experiencias hacen que tenga más confianza y seguridad en sí mismo.

- Conductas típicas de la primera infancia son explorar, investigar, descubrir y repetir procesos, copiar e imitar. De esta forma, el niño aprende por sí mismo y va construyendo su propia historia de formación. Este modo de aprender se diferencia del que le imponen desde afuera sin tomar en cuenta su condición.
- Descubrir algo por sus propios medios, reflexionar al respecto, comunicarlo a los otros y ganarse con ello el reconocimiento del entorno – todo esto permite adquirir autoestima. Y prepara al niño para que, más adelante, esté dispuesto a participar activamente en la adquisición y asimilación de los conocimientos que le imparten otras personas.
- A los niños conscientes de su eficacia nada les detiene cuando quieren explorar el mundo que les rodea. Tienen un deseo natural de aprender.



# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...un entorno que fomente mi desarrollo”.

**Para poder desarrollarme correctamente, necesito afecto y un entorno estimulante que apoye mi anhelo de saber. Necesito un círculo de niños y adultos a mi alrededor y materiales con los que pueda entretenerme y experimentar.**

- Quiero estimular y agudizar todos mis sentidos. Dadme las posibilidades de hacerlo.
- Dadme objetos de la vida diaria. Movido por la curiosidad, quiero explorar mi entorno.
- Necesito un entorno que estimule mis sentidos y mi necesidad natural de movimiento. Esto me permite desarrollarme por esfuerzo propio.
- Hablad, reíd y ocupad parte de vuestro tiempo conmigo. Y dejadme compartir parte de mi tiempo con otros adultos y otros niños.
- Aunque esté descubriendo algo nuevo o esté con otros niños o adultos, es importante para mí tener cerca a una persona de confianza.
- Fomentad mi curiosidad para permitirme descubrir activamente mi entorno.

- Al comienzo de su vida, el niño siente la necesidad de ser sostenido y llevado en brazos seguros, de sentirse protegido frente a demasiados estímulos e impresiones. A medida que se va desarrollando, debe crecer en un entorno adaptado a sus necesidades, que estimule todos sus sentidos – la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto – y no limite sus movimientos.
- El televisor y el ordenador no son bienvenidos en un entorno estimulante para bebés y niños pequeños.
- No importa dónde nace y crece un niño: en cualquier lugar hay materiales que despiertan su curiosidad, que puede elegir y probar según sus intereses. Objetos sin un fin determinado –como los hay en todos los hogares– estimulan la imaginación y la creatividad del niño.
- En un entorno que estimula los sentidos y que permite la actividad física, el niño va superando naturalmente cada una de las etapas de su desarrollo. Por ejemplo, aprende a pararse por sus propios medios o a dar los primeros pasos sin ayuda.
- Al comienzo forman parte de ese entorno estimulante para el desarrollo del niño en primera línea, la madre y el padre. Ellos mecen al niño en los



brazos, le hablan, le sonríen, se alegran con él, le cantan, bailan, le hacen escuchar música, miran con él libros infantiles, le cuentan historias, le dan el espacio necesario para que descubra el mundo activamente. Con el paso del tiempo, el niño irá conociendo a otras personas de referencia y a otros niños y se relacionará con ellos. En el hogar o fuera de él, aprenderá a tratar con las personas más diversas.

- Es importante que el niño pueda contar con sus personas de referencia cuando sale a descubrir y a conocer un nuevo entorno y a nuevas personas. La presencia de las personas de referencia es un respaldo que le permite buscar cosas nuevas y descubrir lo desconocido.
- A través de un entorno estimulante, la madre y el padre fomentan la curiosidad y el deseo de aprender del niño. Esto tiene una influencia muy positiva en su desarrollo. El niño empieza a realizar actividades por iniciativa propia, y no espera que otros se las impongan o propongan.



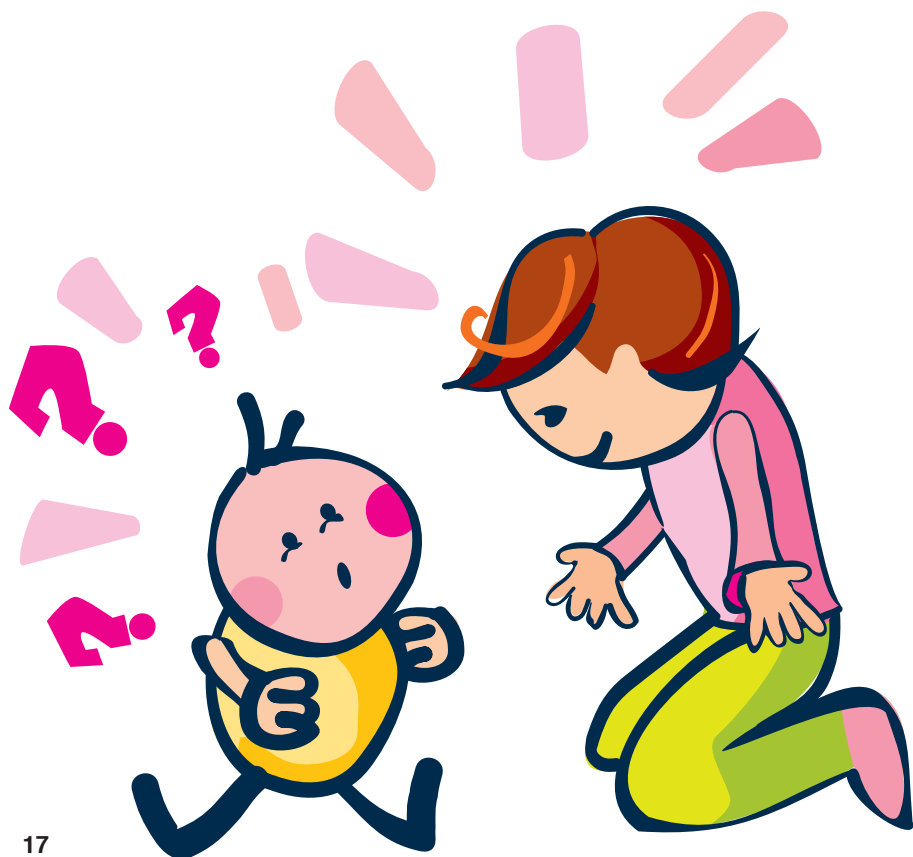
# “Quiero ser fuerte, y para eso necesito... ...guía y orientación”.

**Para poder orientarme en la vida diaria necesito personas de referencia que estén aquí para ayudarme. Necesito jornadas ordenadas, reglas de convivencia y determinados rituales. Así puedo hacerme fuerte.**

- Felizmente, en mis primeros meses de vida, puedo confiar plenamente en mi madre y en mi padre y orientarme hacia ellos.
- Las experiencias que vivo día a día quedan grabadas profundamente en mi memoria.
- Necesito un objeto familiar, que puedo sentir y oler, que me tranquiliza y me da seguridad.
- Si me integráis en vuestras acciones cotidianas, con el tiempo podré ayudar y esto me hará sentir bien.
- Una jornada ordenada me da seguridad.
- Es importante para mí contar con un marco que apoye mi desarrollo, que me sirva de orientación y dentro del cual pueda moverme libremente.
- Empiezo a decir “no” y “yo”. Apoyadme y dadme tiempo para aprender a desarrollar mi autonomía y para afirmarme.

- El recién nacido llega al mundo en un entorno completamente desconocido. Aprende cómo se hace de día y de noche. Está expuesto a sonidos y olores nuevos. Pero su madre y su padre están a su lado. Su presencia es una guía de orientación en su nueva vida.
- Las demostraciones de cariño de todos los días, los actos rutinarios, las experiencias diarias del aseo y la comida: todo esto se va grabando en la memoria del bebé y del niño pequeño.
- Por sus propios medios el bebé descubre actividades similares como chuparse el pulgar, acariciarse la punta de la nariz o estrechar en los brazos su animalito de peluche. Estos gestos le tranquilizan y, al mismo tiempo, le sirven de orientación.
- Acciones diarias, como el cambio de pañales, el baño, vestirse y divertirse, deben realizarse tranquila y ordenadamente, de acuerdo con las señales que transmite el niño. De esta forma, él tiene la posibilidad de ayudar y eso le da gusto.

- Una jornada que fija a grandes trazos las horas para comer, jugar o ir a dormir, y que combina estas actividades con rituales como contar un cuento antes de dormir, etc. hacen que el niño se sienta protegido en un marco seguro.
- En el segundo año de vida es importante que la vida familiar se rija por pautas claramente definidas. Las rutinas, los rituales y las estructuras del primer año de vida pasan a ser vinculantes para la educación, y esas normas se van ampliando a medida que el niño crece.
- Cuando sus facultades intelectuales maduran y el niño toma conciencia de sí mismo, aprende a decir “no” y “yo”. Sondea la situación para descubrir cuánta libertad de acción tiene. Desafía a sus padres y pone a prueba la conducta consecuente de la madre y del padre. Es importante saber que aprender a respetar las reglas es un proceso que lleva tiempo y demanda una actitud consecuente.
- La fase de autonomía que se inicia es una etapa totalmente normal e importante en el desarrollo de la personalidad. Los padres deben dar a su hijo una “libertad dentro de límites” y, de esta forma, el sostén y la orientación necesarios para fomentar la autonomía.



# Explicaciones

**Para desarrollarse sanamente, cada bebé y cada niño pequeño tienen que tener por lo menos una persona de referencia. Esta persona aporta una actitud pedagógica que demuestra su sensibilidad para guiar al niño dentro de su individualidad, ofreciéndole el espacio necesario para que desarrolle sus propias actividades.**

Los conocimientos de la investigación científica de los 30 últimos años constituyen la base de los ocho mensajes presentados en este folleto y a través de los cuales se transmite lo que un niño necesita durante el embarazo y en sus primeros tres años de vida para desarrollar su fortaleza personal.

Se han realizado estudios sobre el desarrollo temprano en diferentes culturas y países de todo el mundo. Y los resultados de estos estudios son válidos para todos los niños, independientemente del lugar en el que crecen.

Desde el primer minuto de vida, el bebé desea relacionarse con otras personas. Según los últimos conocimientos, la atención, la educación y la autoformación de un niño tienen lugar, en primer término, a través de las relaciones. Estos tres conceptos se han establecido en el área de la pedagogía para la primera infancia. En diversas discusiones se ha aclarado su significado.

Atención significa para nosotros afecto, alimento y cuidados. Con una atención cuidadosa y sensible establecemos un vínculo con el niño y le garantizamos protección física y espiritual.

Educación significa para nosotros las actividades de las personas de referencia, con las que estas pueden estimular los procesos de desarrollo cognitivos, corporales y socioemocionales individuales de un niño y permitir que este se siga desarrollando. Forman parte de estas actividades la organización y configuración del entorno mediato e inmediato.

A través de la educación damos al niño los instrumentos que le permitirán ampliar sus aptitudes individuales. El niño debe fijarse sus propios desafíos y poder superarlos de forma diferenciada.

Si los padres proporcionan al niño este tipo de atención y educación, crean la mejor base para que pueda desarrollar todos sus recursos de autoformación: el niño está en condiciones de formarse en su entorno social.

En los bebés y niños pequeños, la formación tiene lugar a través de todos los sentidos. El niño se enfrenta al “mundo” por medio de su propia actividad. Guarda en su memoria las experiencias que se repiten, así como las impresiones y los sentimientos asociados a ellas.

Este tipo de formación –denominada autoformación– constituye la base para las experiencias futuras del niño a la hora de conocer, comprender y asumir el control de sí mismo, de sus relaciones personales y de su mundo.

# Fortaleza a través de vínculos fuertes: ¿qué necesitan las madres y los padres?

## Las madres y los padres aportan mucho desde un comienzo

Las madres y los padres cuentan con aptitudes naturales para adaptar su conducta a las necesidades del niño:

- ponen la cara a unos 20 cm de distancia del recién nacido, para que este los pueda ver claramente;
- imitan los balbuceos del bebé y le hablan melodiosamente – lo cual es importante para el desarrollo del habla;
- la imagen graciosa y bonita del bebé/niño pequeño hace que espontáneamente le brinden cuidado y protección.

## Las madres y los padres necesitan tiempo

Tiempo para aprender la gran variedad de tareas que deben realizar. Tiempo para acostumbrarse al bebé y para conocer cada vez mejor todos los aspectos de su individualidad.

- Cada niño recibe de sus padres el tiempo que necesita. Este tiempo es diferente según el niño y también depende de si es el primogénito o ya tiene hermanos.
- La madre y el padre también necesitan tiempo para hacer frente a todos los retos a los que se enfrentan individualmente y como pareja.
- Un acompañamiento que refuerza la relación exige alegría, interés y “ser bastante bueno”.

## Las madres y los padres necesitan un entorno que aprecie lo que ellos hacen y les aliente en sus tareas

Acompañar a bebés y niños pequeños en su desarrollo es una tarea enriquecedora y reconfortante. Pero también muy exigente. A menudo, los padres no pueden dormir porque el bebé llora, y no siempre comprenden la razón y pueden tranquilizarlo. Necesitan entonces un entorno comprensivo, sensible, que les aliente y que de vez en cuando también los releve en sus tareas.

## Las madres y los padres necesitan redes de contacto

Estas redes permiten intercambiar experiencias e información, encontrar alivio de las cargas y asistencia profesional.

Un diálogo abierto y espontáneo con otras madres y otros padres brinda apoyo.

En un entorno que comprende su situación, las madres y los padres adquieren confianza en sus aptitudes para la atención y educación de sus hijos. Aprenden a escuchar lo que les dice su corazón cuando deben juzgar una situación.

Según las condiciones de vida de una familia, una ayuda para las tareas domésticas o para el cuidado diario del niño puede ser muy valiosa.

Si se presentan situaciones en las que los padres ya no saben cómo actuar y sienten que han llegado a sus límites, hay especialistas que pueden darles información y asistencia para aliviarles la carga. Estas personas brindan una ayuda profesional a madres y padres en tiempos difíciles.

# Elternbildung CH

## El mejor apoyo a los padres

**Con la llegada del recién nacido nada vuelve a ser como antes.**

Durante el embarazo, ese momento todavía estaba lejos, aún no era palpable. ¿Y ahora? Todo ha cambiado. La vida, el trabajo, el entorno. El bebé es precioso pero, ¿qué ocurre si llora sin cesar, si no podemos tranquilizarlo, si llegamos a nuestros límites? ¿Qué debemos hacer para ser buenos padres?

La formación para padres puede responder a muchas preguntas, mostrar a los padres cuáles son sus puntos fuertes, alentarlos, relacionarlos con otras personas, motivarlos para probar algo nuevo, hacer que se sientan más seguros en su misión educativa. La formación para padres es muy variada: reuniones, cursos, charlas en grupo o individuales, consejos, ofertas de servicios online, etc. cubren las distintas necesidades de los padres. Como organización central de unas 1000 organizaciones que ofrecen formación para padres en Suiza, Elternbildung CH reúne y combina la oferta en las áreas de la formación, las relaciones públicas y temas relacionados con la calidad. Elternbildung CH ofrece una amplia plataforma de información a través de actividades, publicaciones e información para padres, especialistas y medios.

Infórmese de la oferta de servicios o cursos en su región en: [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)

## Jacobs Foundation

La fundación privada Stiftung Jacobs Foundation, con sede en Zúrich, fue fundada en 1988 por el empresario Klaus J. Jacobs. Desde entonces se dedica al “Productive Youth Development” (PYD) y cuenta hoy con más de diez años de experiencia en el fomento de las ciencias y la promoción y realización de programas concretos de intervención para el desarrollo de niños y jóvenes. Para la fundación, el “Productive Youth Development” es un concepto de desarrollo que pone el acento en las posibilidades de desarrollo de niños y jóvenes. La fundación ha asumido el compromiso de adoptar solo aquellos métodos y conceptos de realización que responden en particular medida a la excelencia científica y están basados en la evidencia. Con una aportación de 200 millones de euros, la Jacobs University Bremen (2006) estableció nuevas normas en el área del patrocinio privado.

Partiendo de la convicción de que una estimulación temprana de los niños tiene una gran influencia en sus posibilidades de desarrollo futuras, la formación y educación de primera infancia de niños expuestos a un riesgo para su desarrollo es uno de los temas centrales de la Jacobs Foundation. En los países de habla alemana, la fundación brinda su apoyo desde hace años a los más variados proyectos de fomento e intervención en este campo. Es indiscutible el papel central de los padres y la familia para el desarrollo sano de los niños en sus primeros años de vida. Por ello, la fundación trabaja a favor de que programas integrales de estimulación temprana incorporen a toda la familia, reforzando, por ejemplo, las competencias de educación de los padres, sobre todo en el caso de familias desfavorecidas y con escasa formación. La campaña „Fortaleza a través de vínculos fuertes” es un paso importante en esta dirección.

# Enlaces útiles

Actividades de formación para padres  
Asesoramiento de madres y padres  
Teléfono de emergencia para padres  
Protección de niños en Suiza  
Pro Juventute  
Pro Familia  
Asociación de guarderías de Suiza  
Centros familiares  
Organizaciones de padres  
Cómo combinar la profesión y la familia  
Familias monoparentales  
Padres  
Lobby de niños de Suiza  
Presupuesto familiar  
Familias interculturales  
Distintos temas  
Prueba para reforzar a los padres  
Familias canguro de Suiza  
Mellizos  
Niños que lloran  
Padres en situaciones de emergencia  
Fundación Niños y Violencia

[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)  
[www.muetterberatung.ch](http://www.muetterberatung.ch)  
[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch), Tel. 044 261 88 66  
[www.kinderschutz.ch](http://www.kinderschutz.ch)  
[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)  
[www.profamilia.ch](http://www.profamilia.ch)  
[www.kitas.ch](http://www.kitas.ch)  
[www.muetterzentrum.ch](http://www.muetterzentrum.ch)  
[www.sveo.ch](http://www.sveo.ch)  
[www.plusplus.ch](http://www.plusplus.ch)  
[www.einelternfamilie.ch](http://www.einelternfamilie.ch)  
[www.vaeter.ch](http://www.vaeter.ch)  
[www.kinderlobby.ch](http://www.kinderlobby.ch)  
[www.budgetberatung.ch](http://www.budgetberatung.ch)  
[www.binational.ch](http://www.binational.ch)  
[www.familienhandbuch.ch](http://www.familienhandbuch.ch)  
[www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest](http://www.elternbildung.zh.ch/elternstaerkentest)  
[www.tagesfamilien.ch](http://www.tagesfamilien.ch)  
[www.zwillinge.ch](http://www.zwillinge.ch)  
[www.schreibbabyhilfe.ch](http://www.schreibbabyhilfe.ch)  
[www.muetterhilfe.ch](http://www.muetterhilfe.ch)  
[www.kinderundgewalt.ch](http://www.kinderundgewalt.ch)

**Encontrarán una lista de libros interesantes en la página de Internet [www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)**

## Pie de imprenta

Idea, concepto general y realización: Elternbildung CH, Zürich

Concepto y textos: Margrit Hungerbühler-Räber, Kathrin Keller-Schuhmacher, F-NETZ Nordwestschweiz, Basilea

Asesoramiento profesional: Dr. Joachim Bensele, Dra. Julia Berkic, Dr. Rüdiger Posth

Edición de texto: Ueli Gröbli, Lupsingen

Traducción: Interserv AG, Zürich

Diseño gráfico: Peter Lichtensteiger, Zürich

Ilustraciones: Werbeagentur Schultze, Walther und Zahel, Nürnberg

Impresión: Triner AG, Schwyz

Colaboraron en esta publicación: Marlies Bieri, Rita Bieri, Sabine Brunner, Adelheid Debrunner, Viviane Fenter, Pia Fontana, Margrit Geertsen, Sandro Giuliani, Gaston Haas, Daniel Habegger, Madeleine Lüdi, Maya Muller, Elisabeth Schneider, Andy Tschümperlin, Urs Ziegler

© 2010



## Un proyecto conjunto de Elternbildung CH y Jacobs Foundation

Jacobs Foundation  
Seefeldquai 17  
P.O. Box  
CH-8034 Zürich

Elternbildung CH  
Steinwiesstrasse 2  
CH-8032 Zürich

Tel.: +41 44 388 61 26  
Fax: +41 44 388 61 37

+41 44 253 60 60  
+41 44 253 60 66

[www.jacobsfoundation.org](http://www.jacobsfoundation.org)

[info@elternbildung.ch](mailto:info@elternbildung.ch)  
[www.elternbildung.ch](http://www.elternbildung.ch)



*elternbildung ch*  
*formation des parents ch*  
*formazione dei genitori ch*

Agradecemos a las siguientes organizaciones por el apoyo prestado a la campaña "Fortaleza a través de vínculos fuertes": Oficina Federal de Migración, Oficina Federal de la Seguridad Social, SevenOne Media (Schweiz) AG, Victorinox, con el apoyo del cantón de Zug. Con el apoyo del crédito para la integración de la Confederación.



Elternbildung CH und Elternbildungsnetz EBD  
Organisation für Bildung und Integration in der Schweiz  
Bundesamt für Migration BFM  
Office fédéral des migrations OFM



Supported by the  
Canton of Zug