

# *Sugerencias para los Padres de* **Niños Físicamente Lastimados**

*(Suggestions for Parents of Physically Harmed Children)*

- 1. A pesar de que es difícil, es mejor para los niños cuando los padres pueden reducir o eliminar el gritar, pelear o discutir.*
- 2. Esté consciente de las difíciles tareas de desarrollo y elabore un plan para dar ejemplo de paciencia y consuelo.*
- 3. Es muy útil proporcionar una estructura específica alrededor de la rutina de todos los días, que resuma las tareas y/o responsabilidades individuales para minimizar la confusión.*
- 4. Trate de recompensar los comportamientos positivos y utilice técnicas de disciplina alternativas en lugar de golpes para los comportamientos negativos.*
- 5. Los padres son más útiles cuando protegen a los niños de los desacuerdos de los adultos. Estos problemas deben ser tratados en un ambiente privado, lejos de los niños.*
- 6. Sea capaz de reconocer los comportamientos del niño que provocan a cada miembro de la familia y planifique encargarse de los comportamientos provocadores de una forma calmada.*
- 7. Reconozca sus propias limitaciones y desarrolle un plan para cuidarse a sí mismo. Separe una cantidad de tiempo cada semana para pasarlo sólo con su pareja.*
- 8. Desarrolle una lista de amigos y/o parientes que estarían disponibles para ofrecerles ayuda con sus hijos para que usted tome un respiro como padre de familia.*