

# ideas para Padres

Maneras fáciles para crear relaciones positivas para y con su hijo

## Datos Curiosos

### Elementos fundamentales #10: La Seguridad

Los jóvenes tienden a crecer más sanamente cuando se sienten seguros en sus hogares, escuelas y vecindarios.

**EL 51%**

de los jóvenes encuestados por el instituto de Investigación consideran este elemento como fundamental en sus vidas.

### Qué significan los elementos fundamentales?

Los elementos fundamentales son 40 valores, experiencias y cualidades que ayudan a triunfar a un niño. "La Seguridad" es uno de los cuatro elementos fundamentales de la estimulación.

Basado en las 217,277 encuestas realizadas por el Instituto de Investigación a alumnos de 6to a 2do grado en los Estados Unidos durante el año escolar 1999-2000.

## Sentirse seguro para seguir adelante

**L**os jóvenes que se sienten amenazados, inseguros o asustados y pasan mucho tiempo atrapados en el miedo o en los intentos de auto protegerse. Ellos son más precavidos en el momento de la aventura y toman mucha precaución. También, aquellos niños y jóvenes que se sienten seguros tienden a animarse a probar cosas nuevas. Es por eso que la seguridad es un elemento fundamental importante. Los jóvenes que se sienten seguros en sus hogares, escuelas y en la comunidad tienden a contribuir de manera positiva.

Aunque sabemos que el miedo es parte de la niñez y de la adolescencia, el profesor de psiquiatría, Phyllis Tyson, Ph.D., dice que los jóvenes afrontan dos tipos de miedos: miedos imaginarios y miedos basados en la realidad. Los miedos imaginarios dependen del estadio de desarrollo en el que se encuentre su hijo. Por ejemplo, los niños pequeños se asustan de los toilettes, las separaciones y los ruidos fuertes o extraños. Los preescolares se asustan de los monstruos y animales. Los miedos para los adolescentes se basan en las heridas, eventos naturales y situaciones sociales.

### Comunicando la SEGURIDAD

La gente que se siente segura, generalmente actúa de la siguiente manera:

- Están relajados.
- Son cálidos, abiertos y amigables.
- Disfrutan el ser creativos.
- Sueñan en grande y toman riesgos sanos.
- Confían en sí mismos y son seguros.



Las televisiones, diarios y otras personas muestran otros miedos, como los crímenes y accidentes. Los padres pueden sumar a este sentimiento de miedo el

sentirse ansiosos y la creencia de que el mundo es un lugar peligroso. Los niños y jóvenes pueden "leer" muy fácilmente nuestro lenguaje corporal, actitudes y creencias, hasta cuando no las presentamos de manera conciente.

"Tener miedos es normal, conocerlas, entenderlas y aprender a lidiar con ellas es parte del continuo desarrollo de los niños" dice Tyson. También es importante hacer nuestra parte, al asegurarnos de que nuestros hogares, escuelas y comunidades sean lugares seguros para los niños.

### Tiempo juntos

Tres maneras para hacer sentir a su hijo mas seguro.

1. Sea un padre "preguntón", así su hijo sabrá que le puede decir sobre lo que lo preocupa, especialmente los temas relacionados con su seguridad.
2. Déle a su hijo sugerencias en cómo mantenerse a salvo en distintas situaciones.
3. Reasegúrele a su hijo que su objetivo mas importante es mantenerlo/a seguro.

# Manteniendo un hogar seguro

Aquí le presentamos distintas ideas para hacer de su hogar un lugar seguro para usted y para sus hijos:

- Mantenga un extinguidor de fuego en cada planta de su casa o mantenga uno en su apartamento.
- Cuando su hijo/a tenga la edad adecuada, enséñele a usar el extinguidor de fuego.
- Elija alguna fecha que recuerde, como un cumpleaños o día festivo, para cambiar las baterías de los detectores de humo y de monóxido de carbono una vez al año.
- Planee un escape en caso de fuego y practíquelo con su familia.
- Tenga los teléfonos de emergencia en un lugar a mano y visible.
- Cuando su hija/o conduzca, enséñele cómo cambiar una llanta del carro. En lo posible, invierta en un teléfono celular para usar en el carro sólo en casos de urgencia.

## Más Ayuda Para Los Padres

*Keeping Kids Safe: A Guide for Parents of Toddlers and Teens – and the Years in Between* del Dr. Kenneth Shore. Este libro se enfoca en diferentes temas de seguridad, desde el uso del internet hasta el abuso infantil, cómo encontrar momentos de buena calidad con sus hijos (Publicado por Prentice Hall).

Palabra Final

“Los niños se merecen sentir seguros en sus vecindarios y escuelas”- Jesse Jackson

## Información de Seguridad

Estas organizaciones tienen más información sobre seguridad:

- National Alliance for Safe Schools, Ice Mountain P.O. Box 290, Slanesville, WV 25444 [www.safeschools.org](http://www.safeschools.org) (para escuelas seguras)
- National SAFE KIDS Campaign, 1301 Pennsylvania Avenue N.W., Washington, DC 20004; [www.safekids.org](http://www.safekids.org) (for safer homes and neighborhoods)
- Speak Up Campaign, teléfono gratuito nacional, (866) SPEAK UP; (para estudiantes que quieran reportar el uso de armas en sus escuelas de forma anónima)

Una idea fácil:  
Discuta y  
contrólese con los  
miedos  
inmediatamente.

Hablen Juntos

Preguntas para discutir con su hijo:

- ¿Cuán seguro te sientes en casa, en tu escuela, vecindario, comunidad y eventos sociales? ¿Por qué?
- ¿Qué te haría sentir mas segura/o?
- ¿Crees que el mundo está más o menos seguro? ¿Por qué?