

## LOS NIÑOS APRENDEN LO QUE VIVEN

Si un niño vive en la crítica  
aprende a criticar

Si un niño vive en la  
hostilidad

aprende a pelear

Si un niño vive en el  
ridículo

aprende a ser tímido

Si un niño vive en la  
vergüenza

aprende a sentirse  
culpable

*Si un niño vive en la  
tolerancia*

*aprende a ser paciente*

*Si un niño vive en el  
estímulo*

*aprende a confiar*

*Si un niño vive en la  
alabanza*

*aprende a valorar*

*Si un niño vive en la  
equidad*

*aprende a ser justo*

*Si un niño vive en la  
seguridad*

*aprende a tener fe*

*Si un niño vive en la  
aprobación*

*aprende a apreciarse*

*Si un niño vive en la  
honradez*

*aprende la verdad*

*Si un niño vive en la  
aceptación y en la  
amistad*

*aprende a hallar el amor  
en el mundo*

# MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS PARA PADRES



Dorothy Lau Notte

**1ª Ed. Julio 2013**

**Autores:**

**Dra. Jacqueline Gómez  
Directora RAP ASSE  
Tacuarembó**

**A/S Javier Núñez  
Dpto. Informática  
RAP Tacuarembó**

**Educ. Graziella Adami  
Directora Dptal. INAME  
Tacuarembó**

**Crío. Héctor Rodríguez  
Director de Seguridad  
Jefatura de Tacuarembó  
Ministerio del Interior**

**Apoyan:  
Integrantes del Equipo  
SIPIAV TACUAREMBÓ**

Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

## PADRES EVITEMOS TODO TIPO DE VIOLENCIA

La violencia se desaprende, se sustituye por diálogo cargado de amor, comprensión, tolerancia, compromiso.

### DEMOS

**CARIÑO**, desde muy pequeños necesitamos que quiénes nos cuidan nos demuestren afecto, nos acepten tal y cómo somos.

**CUIDADO**, De chicos necesitamos de otros para recibir alimento, vestimenta, educación, por el desconocimiento de los peligros necesitamos protección.

**TIEMPO DE JUEGO** cuando juegas con tus hijos/as pequeños no solo estás favoreciendo buenos vínculos sino que estás, además, estimulando su desarrollo intelectual social y afectivo.

**RECONOCIMIENTO** Valorar y reconocer todas las producciones de tus hijos/as, de esta manera estarás formando personas seguras y con buena autoestima.

Todo niño/a **mimado**, **estimulado** y **valorado**, será un joven más **SANO**, **SEGURO DE SÍ** y un adulto más **PRODUCTIVO**.

**Seamos una sociedad comprometida**

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

# 2

## FUNCIONES DE LA FAMILIA

Aprender a **convivir y respetar** a los demás

Aceptar ciertas **obligaciones**

**Respetar** las propiedades de los demás

**Colaborar** en los trabajos del hogar

**Ayudar** a otros miembros de la familia cuando tienen problemas

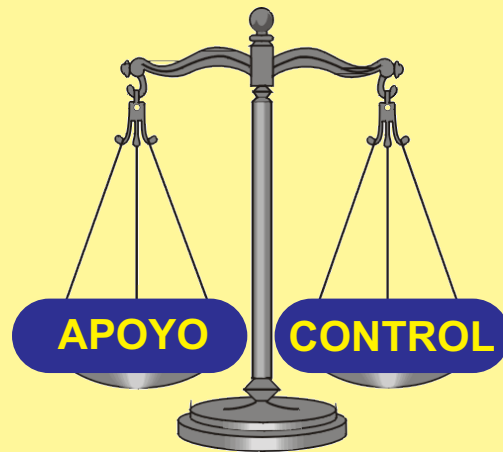
Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.





Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.



## **FUNCIONES DE LOS PADRES**

Apoyo no solo ayudando al bienestar físico de los hijos/as sino también manifestándoles, afecto, comprensión y aprobación.

Control (disciplina, límites en la vida cotidiana).

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



# 3

Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

# 4

## Frente a un problema:

- **Marcar objetivos**
- **Plantear soluciones alcanzables**

**Hablar** con sus hijos/as, tomando la iniciativa.

Establecer **rutinas mínimas**: saludar cuando se llega, dar los buenos días y las buenas noches, avisar cuando se sale de casa, decir donde se va, a que hora se piensa volver etc.

Saber **encontrar espacios** y oportunidades para hablar.

Hacer que los hijos/as se sientan **escuchados**.

**Demostrar a los hijos/as** que pueden expresar sus inquietudes, opiniones y sentimientos sin ser ridiculizados.

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

## ¿Cómo reducir los conflictos y mejorar las relaciones familiares?

Los conflictos más importantes entre padres e hijos/as tienen que ver con la función de control de los padres y los intentos de éstos por eludir el control.

- **Actuar con calma.**
- **NO explotar.**
- **NO responder con violencia.**
- **NO levantar la voz pero manteniendo firme la postura, apuntar al diálogo con la convicción que es por el bien de nuestro hijo/a.**

# 5

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

# 6

## NORMAS Y LIMITES

**Establecer y comunicar normas** y pautas de conductas claras y coherentes a los hijos/as es un factor de protección, informarle de las consecuencias de incumplirlas.

Mantener ambos padres la **misma postura siempre**.

Tratar de **hacer acuerdos** con sus hijos/as en la medida de lo posible y cumplir con lo pactado.

Aunque le duela cumplir con la penitencia, no ceder frente a la presión.

Un niño/a educado con límites será un adulto respetuoso de sí mismo y de los demás





## POSICIÓN FAMILIAR SOBRE EL TABACO, ALCOHOL Y EL RESTO DE LAS DROGAS

Es importante **evitar** o retrasar al máximo el inicio del uso de tabaco , alcohol y otras drogas.

El **alcoholismo** es una **adicción**, el inicio a edades tempranas aumenta el **riesgo** de enfermar.

**Factores que contribuyen al consumo en la adolescencia:**

- Curiosidad y deseo de hacer cosas nuevas.
- Influencia de los compañeros.
- Influencia de la publicidad.
- Familia que consume.

**Es responsabilidad de los padres vigilar el consumo de alcohol dentro del hogar.**

**No debemos olvidar que está prohibida la venta de bebidas alcohólicas a los menores de 18 años.**

**¿Qué podemos hacer los padres para involucrarnos?**

- Informarnos y estar atentos a las actividades de los hijos e hijas en la escuela ,en el liceo, dejarles claro que nos interesamos por ellos y lo que hacen diariamente.
- Informarnos sobre el cumplimiento de normativas de los lugares bailables que frecuentan nuestros hijos :

**Menores de 14** solo bailables matiné de hora 19:30 a hora 23:30.

**De 15 a 18** años bailes con cantina con prohibición de venta de alcohol, o separados de los adultos. En bailes o fiestas compartidas con adultos hasta los 16 años deben concurrir acompañados por un adulto.

En espectáculos al aire libre o públicos es de total responsabilidad de los padres el cuidado de los menores.

**EL ALCOHOLISMO ES UNA ENFERMEDAD EVITABLE EN LA MEDIDA QUE SEAMOS UNA SOCIEDAD RESPONSABLE.**

### CONSUMIR ALCOHOL TIENE RIESGOS

- Tener accidentes de tránsito.
- Participar de situaciones violentas.
- Tener relaciones sexuales no deseadas.
- Contraer enfermedades de transmisión sexual.
- Perder tus cosas.



**LOS PADRES DAN EL EJEMPLO**, para cuidar a sus hijos/as no consuma USTED. **SU DECISIÓN PUEDE CAMBIAR LA REALIDAD**



7

Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

8

Si tu hijo/a consume alcohol u otras drogas no desesperes, tiene solución.  
**ASSE, COMTA y Obispado** te invitan a sumarte al proyecto **TAPE**.

El proyecto **TAPE** consiste en:  
Atención a casos de urgencias por vía telefónica, un Psicólogo atenderá las 24 horas, los 365 días del año y le derivará a la casa Diocesana en General Flores esquina General Artigas.

**Celular de contacto: 091 051 020**

**Días de atención individual**

Lunes de 15:00 a 17:00

Viernes de 09:00 a 11:00

**Días de atención de grupos**

Miércoles de 14:00 a 16:00

**LOS PADRES DAN EL EJEMPLO**, para cuidar a sus hijos/as no consuma **USTED**.

**SU DECISIÓN PUEDE CAMBIAR LA REALIDAD**

**TE INVITAMOS A ENCONTRAR UN NUEVO CAMINO**



Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.

### **SUGERENCIAS PARA CUMPLEAÑOS Y FIESTAS PRIVADAS**

- Servir la comida al inicio de la fiesta.
- No ofrecer alcohol a menores.
- Tener tragos sin alcohol para menores.
- No dejar botellas en las mesas.
- Servir bebidas alcohólicas a adultos en forma discontinuada alternadas con tragos sin alcohol o bebidas dulces y agua.
- Realizar juegos atractivos con concursos y premios (karaoke, etc.).

**LOS PADRES DAN EL EJEMPLO**, para cuidar a sus hijos/as no consuma USTED.  
**SU DECISIÓN PUEDE CAMBIAR LA REALIDAD**

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino.

La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



9

Es responsabilidad de los padres acompañar y guiar en el día a día a sus hijos/as atentos a las personas que los rodean y al entorno donde se mueven.



Es necesario esforzarnos por mantener **NORMAS** y **LÍMITES** claros respecto a las salidas, permisos y horas de llegada a casa de nuestros hijos e hijas.

Explicarle que para nosotros es **importante** saber dónde están, cómo se encuentran y con quién pasan cuando están fuera de casa, conocer sus amigos, amigas y los entornos donde se mueven.

Crear los momentos para **reunirse** en familia, **compartir** alguna comida, preguntarle sobre sus tareas e intereses aunque sea al finalizar el día.

**Interesarnos** por los programas que miran en TV, orientarles y aprovechar la ocasión para reflexionar con ellos sobre el tema que están viendo.

Mantener una actitud clara, crítica y de oposición ante el consumo de drogas (alcohol, tabaco, etc.) de nuestros hijos e hijas.

Exigir el uso de medidas de seguridad en el tránsito, uso de casco, prohibición de manejar en el caso de haber consumido alcohol, no subir en vehículos con personas que hayan consumido alcohol ó que no cumplan con las normas de seguridad del tránsito.

La primer causa de muerte en adolescentes es por accidentes de tránsito, evitemos una más educando a nuestros hijos/as, en cada accidente de tránsito de un niño o adolescente hay un adulto responsable.

**El cambio está en nuestras manos.**



**LOS PADRES DAN EL EJEMPLO,**  
para cuidar a sus hijos/as USE  
CASCO, USE CINTURÓN DE  
SEGURIDAD USTED.  
**SU DECISIÓN PUEDE CAMBIAR  
LA REALIDAD**



10





# ¿QUE NECESITAN NUESTROS HIJOS?

Los padres son a los adolescentes como el cauce lo es al río, un río sin cauce pierde su camino  
La compañía de los padres es fundamental para tener adolescentes sanos y felices.



**SIPIAV**  
**TACUAREMBO**