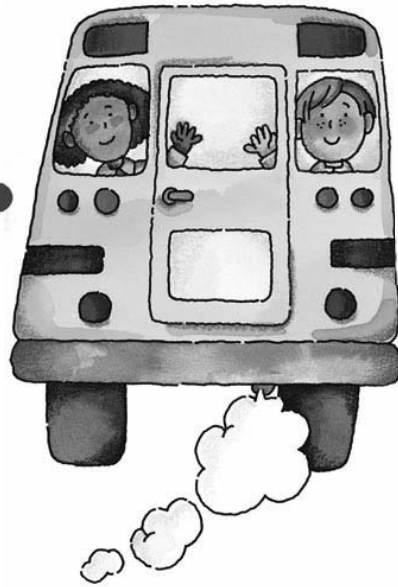


Consider playtime an investment in your child's future



It is during playtime that you build a bond with your child, expressing to them their importance to you.

Playtime is valuable time. It has tremendous payoffs. During play, children learn how the world and the people in the world really work. During play, children often imitate valuable adult behaviors, stretch their imaginations and feel like they have accomplished something. When you play with your child you add to these benefits by making your child feel important and valued.

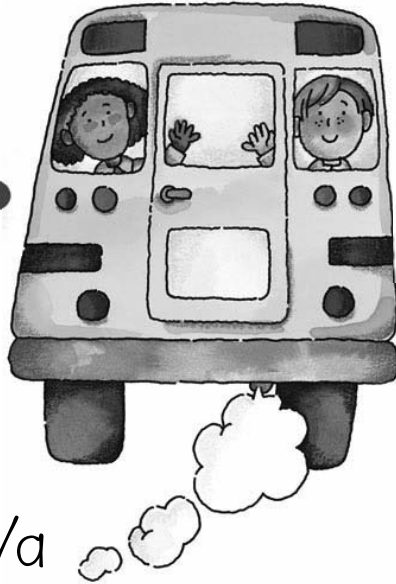
As you play with your child let your child decide what to play. Children usually choose an activity in which they are interested. When a child decides what to play themselves, it will keep their attention longer. It also increases the child's feelings of self-worth because it shows you appreciate their interests and you believe in their ability to make decisions. You might get bored with the same activity but your child learns through repetition. If you are tired of it, gently and occasionally extend with a simple suggestion, but be careful not to overtake the activity. This simple extension can come in the form of statements called, "I wonder...statements." For example, turn the tea party into cooking an entire meal, simply by suggesting, "I wonder if we should cook an entire meal," and then see where your child takes the idea. Instead of just pushing around cars, gently extend by suggesting, "I wonder what happens if my car needs fixing." Your child will then take this wonderment suggestion and extend the play or simply ignore your wonderment suggestion. Either way, just make sure that your child chooses the activity not you, and these extension statements only occur occasionally, allowing the child to direct the play.

Slowing down our adult thoughts: While you are playing focus on your child, don't let your mind wander to work, the cooking or the dishes in the sink. Your child will realize that they don't have your complete attention and feel that they are not important enough to keep your attention. Use your imagination and get involved. Play the part that you are given. If you can quiet your "adult head," playtime can be a time for parents to relax and unwind. It can become a time to slow down your life and help you focus on what is truly important, your child. Play helps parents better understand their children's desires, abilities and developmental stage. During play a child may reveal how they view your own style of being a parent, their view of you. This can be heart-warming and/or eye-opening.

As your child gets older their interests will change as well. They might want to go outside and kick around a ball or play a game. When your child is a little older you will find that a great time to talk is when you are involved in an activity. Remember the commercial featuring a father talking to his son about drugs while playing basketball? Because you are involved in an activity that the child enjoys, the conversation is low-key. Your child is more likely to listen to you and you are more likely to really listen to your child.

Schedule some time to play with your child everyday. It doesn't need to be a lot of time, but focused time. If you don't plan playtime into your day it is easy to let the day slip away without ever really playing with your child. Consider playtime an investment in your child's future. It is during playtime that you build a bond with your child, expressing to them their importance to you. And this investment early, has payoffs, now, because your child will look forward to being with you. Later, as your child grows, they will continue to want to spend time with you.

Considere el tiempo dedicado al juego como una inversión en el futuro de su niño/a



Durante el tiempo para jugar es cuando usted forja los lazos que le unen a su niño/a, expresándole lo importante que él o ella es para usted.

El tiempo para jugar es tiempo valioso. Tiene beneficios tremendos. Durante el juego los niños aprenden cómo el mundo y la gente en el mundo realmente funcionan. Durante el juego los niños a menudo imitan las conductas adultas valiosas, expanden sus imaginaciones y sienten que han logrado algo. Cuando usted juega con su niño/a usted añade a esos beneficios porque hace que su niño/a se sienta importante y valorado.

Cuando juegue con su niño/a deje que él o ella decida qué van a jugar. Usualmente los niños escogen una actividad que les interesa. Cuando los niños deciden qué van a jugar por sí mismos, esto les mantendrá la atención por más tiempo. También aumenta los sentimientos de valía propia en los niños porque demuestra que usted aprecia lo que les interesa a ellos y cree en la habilidad de ellos para tomar decisiones. Puede que usted se aburra con la misma actividad pero su niño/a aprende por la repetición. Si usted se cansa de ello, gentil y ocasionalmente ofrezca una sugerencia simple, pero cúdense de no acaparar la actividad. Esta simple sugerencia puede venir en el tipo de frases llamadas, "Frases...me pregunto si." Por ejemplo convertir la fiesta de tomar té en preparar una comida, simplemente sugiriendo, "Me pregunto si debemos preparar una comida," y luego esperar a ver hasta dónde el niño/a lleva la idea. En vez de simplemente empujar los carritos, sugiera gentilmente, "Me pregunto que pasaría si mi carro necesitara ser reparado." Su niño/a podría tomar esta sugerencia y extender el juego o simplemente ignorar la sugerencia. De cualquier modo, simplemente asegúrese de que su niño/a escoge la actividad y no usted, y que estas frases de sugerencias solamente se ofrecen ocasionalmente, permitiendo que el niño/a dirija el juego.

Frenando nuestros pensamientos de adulto: Mientras que usted juega enfoque en su niño/a, no permita que su mente se desvíe hacia el trabajo, cocinar o los platos en el fregadero. Su niño/a se dará cuenta de que no tiene toda su atención y esto le hará sentir como que no es lo suficientemente importante como para atraer su atención. Use su imaginación y participe activamente. Juegue la parte que le asignan. Si usted puede acallar su "cabeza adulta," el tiempo de juego puede ser un tiempo para que los padres se relajen y se diviertan. Puede llegar a ser el tiempo para frenar su vida y ayudarlo a enfocar en lo que es realmente importante, su niño/a. El juego ayuda a los padres a entender mejor los deseos, habilidades y etapas del desarrollo de sus niños. Durante el juego los niños pueden revelar cómo ellos ven hasta su propio estilo de ser p/madre, su visión de usted. Esto puede ser muy alentador y/o abrirle los ojos.

A medida que su niño/a crece sus intereses cambiarán también. Ellos querrán salir afuera y patear una pelota o jugar un juego. Cuando su niño/a es un poco mayor usted encontrará que un buen momento para hablar es cuando están participando en una actividad. ¿Recuerda el anuncio donde un padre está hablando de drogas con su hijo mientras juegan baloncesto? Ya que está participando en una actividad que su niño/a disfruta, la conversación es moderada (tono bajo). Su niño/a le escuchará con mayor probabilidad y es más probable que usted realmente escuche a su niño/a.

Fije un tiempo para jugar con su niño/a todos los días. No tiene que ser un tiempo largo, pero si un tiempo enfocado. Si usted no hace planes para separar tiempo para jugar en su día es muy fácil dejar pasar el día sin haber jugado realmente con su niño/a. Considere el tiempo para jugar como una inversión en el futuro de su niño/a. Durante el tiempo para jugar es cuando usted forja los lazos que le unen a su niño/a, expresándole lo importante que él o ella es para usted. Y esta inversión temprana rinde beneficios, ahora, porque su niño/a quiere estar con usted y más tarde, a medida que su niño/a crece, porqué deseará pasar tiempo con usted.