



## Sé un equipo

- ⇒ Usa un apodo divertido para la familia.
- ⇒ Si tienes una pareja, mantén esa mentalidad de equipo en pareja.
- ⇒ Inventa un nombre especial que solo *tú* uses para llamar a tu hijo.

## Sé un comediante improvisado

- ⇒ Apuesta por "sí, y..." en lugar de "no" o "pero".
- ⇒ Acepta ideas creativas y locas (siempre y cuando sean seguras).
- ⇒ No tengas miedo de hacer el ridículo.

## Sé una criatura grande y segura

- ⇒ Introduce un poco de juego brusco, persiguiéndose y con peleas ficticias, o contacto físico seguro cuando sea posible.
- ⇒ Deja a tu osito ver su mirada cálida con un contacto visual amable.
- ⇒ Nunca *impongas a la fuerza* el juego – dependiendo de la historia de tu hijo, algo de contacto físico e imprevisibilidad pueden ser incómodos.

## Sé flexible

- ⇒ Continúa leyendo las señales de tu hijo.
- ⇒ Toma un descanso con un poco de agua, contando, respirando, o una caminata corta según sea necesario.

## Unos pocos minutos para jugar...

---

- **Cucú o ¿Dónde Está el Bebé?** – ¡No son solo para bebés! Usa cualquier cosa para cubrir tu cara. – manos, toalla, puerta – y disfruta del suspenso de una separación y reconexión. ¡Sé gracioso! Es magnifico para incrementar el “sentido de seguridad”.
- **Muy Fuerte** – Siéntate cara a cara (el niño puede estar en tu regazo) y guía a tu hijo para que use sus manos (o puntas de los dedos, nariz, codos) para empujarte gentilmente hacia abajo, mientras te comenta sobre tu fuerza.
- **Hacia adelante y hacia atrás** – El niño corre, salta, da volteretas entre 2 adultos seguros con aliento y saludos alegres de cada adulto. Puede ser un buen ritual de bienvenida en la noche.
- **Marca de Amor** – Ofrezca un marcador o 2 y permite que tu hijo dibuje en tu mano (u hombro, etc.). Después puedes dibujar en tu hijo de manera que ambos tengan un pequeño pedazo de cada uno todo el día. Mitiga las separaciones.
- **Botones** – Suavemente presione la nariz, oreja, dedo del pie, etc., mientras hace un sonido o hace algo chistoso cada vez que presiona.
- **Carreras de Bolas de Algodón** – Usa sorbetes para soplar tu bola de algodón sobre la mesa o siéntate en asientos opuestos e intenta soplar una de las bolas de algodón del lado de la mesa de la otra persona.
- **Aplasta Mejillas** – Llena las mejillas con aire y guía las manos de tu hijo para que presione suavemente sobre tus mejillas y saque el aire. Invierta los roles. ¡Puede ayudar a parar una rabieta si tú aplastas las mejillas!
- **Cara de calcomanías** – Toma turnos para poner calcomanías en sus caras. ¡Disfruta de sus caras graciosas en el espejo!
- **Pasar la Crema** – Pon crema en la nariz, pásala a la mejilla de tu hijo, devuelta a tu frente y luego a la barriga o brazo de tu hijo para que la frotes. Comienza y termina en cualquier lugar en donde ambos se sientan cómodos.
- **Saludo de Manos Secreto** – Maravilloso para todas las edades y otra buena manera de facilitar las transiciones.
- **Torre de Almohadas** – Haz que tu hijo se pare en una almohada. Alienta a tu hijo a mantener el balance, (con ayuda de ser necesario). Luego, haz que tu hijo se baje mientras agregas otra almohada y otra ¡y otra! Si es seguro, permite que el niño caiga sobre ti.
- **Copia el Tambor** – Usa un tambor, un tazón de plástico o la superficie de una mesa para tocar una melodía. Permite que tu hijo intente copiar tu ritmo. Toma turnos para liderar y seguir. Útil para sincronizarse el uno con el otro.

- **Áreas de Crema** – Pon una pequeña cantidad de crema en tu dedo. Pídele a tu pequeñín que cierre sus ojos mientras pones crema en un lugar y da golpecitos alrededor (para fingirlos de manera divertida). Antes de que tu hijo abra sus ojos, él adivina dónde está la crema en su cuerpo. Juegue antes de ir a la cama o mientras aplica el bloqueador solar.
- **Espejo** – Uno de ustedes es la persona, la otra es el espejo imitando las acciones de la persona. Haz caras graciosas, agita las manos, apunta a sus ojos y luego a su corazón y finalmente dile a tu hijo “te amo”.
- **Guerra de Pulgares o Lucha de Pulgares** – Maravillosos juegos para hacer tiempo en salas de espera.
- **Dibújame** – Toma turnos para dibujar las manos, los pies o incluso todo el cuerpo de cada uno. Usa papel y crayones o tiza de acera o crema batida – ¡sé creativo!
- **Juegos de Burbujas** – Toma turnos para soplar muchas burbujas, perseguirlas y reventarlas. Con niños más grandes, mastica goma de mascar y vean quién puede soplar la bomba más grande.
- **Globos** – ¡Tantas maneras divertidas de jugar con globos! Mantenlos en el aire, pásalos de un lado a otro, o mira cuántos pueden sostener juntos al mismo tiempo.

