

1. Préstelos atención.
2. Sonríales con frecuencia.
3. Exprese su gratitud o reconocimiento.
4. Aprenda sus nombres.
5. Búsquelos.
6. Recuerde sus cumpleaños.
7. Pregúnteles sobre sí mismos.
8. Mírelos a los ojos cuando les hable.
9. Escúchelos.
10. Juegue con ellos.
11. Lean juntos en voz alta.
12. Ríase con ellos.
13. Sea amable.
14. Dígales sí con frecuencia.
15. Dígales que su manera de sentirse está bien.
16. Establezca límites que los mantengan seguros.
17. Sea honesto (a).
18. Sea usted mismo.
19. Escuche lo que le cuenten.
20. Abrácelos.
21. Olvídese de sus preocupaciones de vez en cuando y concentre su atención en ellos.
22. Dese cuenta cuando se comporten de una manera diferente.
23. Ofrezcales opciones cuando le pidan un consejo.
24. Jueguen juntos al aire libre.
25. Sorpréndalos.
26. Manténganse a su lado cuando ellos tengan miedo.
27. Sugiera un mejor comportamiento cuando se porten mal.
28. Deléitese con sus descubrimientos.
29. Comparta con ellos sus emociones.
30. Siga sus indicaciones cuando ellos dirigen un juego.
31. Dese cuenta cuando estén ausentes.
32. Llámelos por teléfono sólo para saludarlos.
33. Esconda algo especial para que ellos lo encuentren.
34. Déjelos estar solos cuando ellos lo necesiten.
35. Apoye sus intereses y hobbies.
36. Hable con ellos sobre sus sueños o pesadillas.
37. Ríase de sus chistes.
38. Relájese.
39. Arrodllese, acuélllese o siéntese para que estén en el mismo nivel.
40. Conteste a sus preguntas.
41. Dígales lo especiales que son.
42. Establezca una tradición con ellos y manténgala.
43. Aprenda lo que ellos tienen que enseñarle.
44. Use sus oídos más que su boca.
45. Esté disponible para ellos.
46. Asista a sus conciertos, juegos y eventos.
47. Busque un interés común.
48. Tómeles de la mano mientras camina.
49. Disculpese cuando usted haga algo incorrecto.
50. Escuche con ellos su música favorita.
51. Cumpla sus promesas.
52. Salúdelos y sonría al despedirse.
53. Exhiba sus dibujos y pinturas en casa.
54. Muéstreles su agradecimiento.
55. Hágales saber lo que le agrada de ellos.
56. Recorte fotos o artículos de revistas que les interesen.
57. Elógielos con frecuencia.
58. Agárrelos desprevenidos haciendo algo correcto.
59. Anime las soluciones de tú ganas – yo pierdo.
60. Deles su atención total por ratos.
61. Pídale su opinión.
62. Diviértanse juntos.
63. Comparta su curiosidad.
64. Preséntelos a sus amigos y familiares.
65. Dígales lo mucho que disfruta el estar con ellos.
66. Déjelos que resuelvan la mayoría de sus propios problemas.
67. Conozca a sus amigos.
68. Conozca a sus padres.
69. Deje que le digan cómo se sienten.
70. Ayúdeles a que se conviertan en expertos en algo.
71. Sea entusiasta cuando los vea.
72. Cuénteles sobre usted.
73. Déjelos que actúen de acuerdo con su edad.
74. Hágales más elogios y menos críticas.
75. Sea constante.
76. Cuando usted cometa un error, admítalo.
77. Disfrute de sus tiempos juntos.
78. Deles un sobrenombre especial.
79. Maravílese de lo que ellos pueden hacer.
80. Dígales lo orgulloso que se siente de ellos.
81. Mímelos.
82. Relájense juntos.
83. Sea feliz.
84. Pídale su ayuda.
85. Apóyelos.
86. Aplauda sus éxitos.
87. Trate con los problemas y conflictos cuando todavía son pequeños.
88. Sea chaperón/chaperona para un baile.
89. Cuénteles historias donde ellos sean los héroes.
90. Crea en ellos.
91. Nútrales con buenos alimentos, buenas palabras y sana diversión.
92. Sea flexible.
93. Deléitese en su singularidad.
94. Déjelos que cometan errores.
95. Dese cuenta de su crecimiento.
96. Salúdelos y suene el claxon cuando conduce por donde ellos están.
97. Deles a conocer de inmediato su reacción.
98. Inclúyalos en sus conversaciones.
99. Respételos.
100. Celebre sus habilidades y fortalezas.
101. Únase a ellos en sus aventuras.
102. Visite su escuela.
103. Ayúdeles a aprender algo nuevo.
104. Sea comprensivo (a) cuando ellos tengan un día difícil.
105. Deles buenas alternativas.
106. Respete las decisiones que ellos tomen.
107. Sea juguetón con ellos.
108. Júntense con ellos.
109. Saque tiempo para estar con ellos.
110. Inspire su creatividad.
111. Conviértase en su defensor.
112. Aprecie su personalidad.
113. Hable abiertamente con ellos.
114. Sea tolerante cuando ellos interrumpen.
115. Confíe en ellos.
116. Comparta con ellos un secreto.
117. Escribales un recado con tiza en la acera.
118. Forme un ambiente abierto y seguro.
119. Esté disponible.
120. Celebre sus logros.
121. Anímelos a ayudar a otros.
122. Emprendan nuevas tareas juntos.
123. Crea en lo que ellos le dicen.
124. Ayúdelos a que tomen una postura con respecto a algo y respáldelos.
125. Sueñe despierto con ellos.
126. Haga lo que a ellos les guste hacer.
127. Tomen decisiones juntos.
128. Construyan algo juntos.
129. Anímelos a pensar en grande.
130. Celebre sus inicios y finales, tales como inicio de clases.
131. Vayan juntos a lugares.
132. Tome como bien recibidas sus sugerencias.
133. Visítelos cuando estén enfermos.
134. Grábeles un recado.
135. Ayúdelos a que aprendan de sus errores.
136. Sea sincero (a).
137. Preséntelos con gente de excelencia.
138. Dígales lo que espera de ellos.
139. Introdúzcalos a nuevas experiencias.
140. Comparta una comida con ellos.
141. Hablen directamente.
142. Sea espontáneo (a).
143. Espere lo mejor de ellos, no la perfección.
144. Deles la confianza de ayudarse y de ser ellos mismos.
145. Ámelos sin condiciones.

**¡Gracias, porque el
afecto me da confianza!**



Formas de mostrarles afecto a los niños y niñas



UNA
UNIVERSIDAD NACIONAL
COSTA RICA

Centro de Investigación y Docencia en Educación
INSTITUTO DE ESTUDIOS INTERDISCIPLINARIOS
DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA
Teléfonos: (506) 2277-3379, 2277-3571
Telefax: (506) 2277-3477
E-mail: ineina@una.ac.cr

Versión adaptada del Assets for Colorado Youth: 150 ways to show kids you care
Ilustraciones: Erick Quirós Gutiérrez

PROGRAMA
Publicaciones
UNIVERSIDAD NACIONAL

0983-9-P.UNA



"GRACIAS por el
cariño
que me das"