

Touching Hearts Touching Minds Handout #14

Una Nueva Yo (Embarazo entre adolescentes/lactancia)

Instrumento de Consejería

¿Cuál es el mensaje clave?

- La maternidad lo cambia todo. Al establecer los lazos con tu hijo cambias de una manera que te inspira a ser lo mejor que puedes ser.
- Amamantar puede parecer imposible hasta que miras a los ojos de tu bebé por primera vez.
- Intentar amamantar.

¿Quién debe recibir este mensaje?

- Adolescentes embarazadas.

¿Cómo se puede usar este mensaje?

Abrir:

- Todos aprendemos algo nuevo sobre nosotros mismos casi todos los días. ¿Qué has aprendido sobre ti misma en los pasados meses, que te ha tomado por sorpresa? ¿Qué te ha agradado? ¿Te ha hecho sentir orgullosa de ti misma?
- ¿En qué formas eres más fuerte de lo que pensabas?
- ¿Cómo te sientes sobre la forma en que has cambiado?

Investigar:

- ¿Qué cosas de la maternidad te preocupan?
- ¿Sobre qué cosas te sientes segura?
- ¿Qué has pensado sobre alimentar a tu bebé?

Conectar:

- Hace unos pocos meses, criar a un bebé quizá podría parecer tan abrumador que no creías posible poder hacerlo. Pero con los retos viene una fortaleza sorprendente.
- Algunas personas creen que amamantar es un regalo que una madre le da a su bebé. Pero las madres que amamantan creen que el bebé les da a ellas ese regalo. ¿Tú que piensas?



- ¿Cómo podría cambiarte a ti y a tu bebé el amamantar? (Menciona todos los sentimientos.)
- ¿Cómo podría mejorar tu vida si amamantas a tu bebé?
- ¿Cómo podría mejorar la vida de tu bebé si lo amamantas?

Actuar:

- ¿Estas dispuesta a tratar de amamantar como una manera de unirte más a tu bebé?
- ¿Qué tendrás que hacer ahora para estar lista para amamantar a tu bebé cuando llegue?
- ¿A qué personas necesitas decírselo?
- ¿Quién te apoyará en tu decisión?
- ¿Qué dirás para convencer a los demás de que apoyen tu decisión de amamantar?

