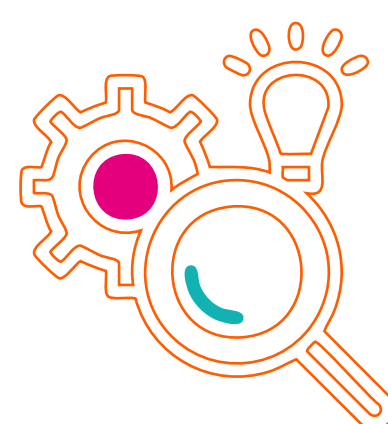


3 maneras de acompañar el desarrollo mental y emocional de tu hija o hijo

Tus palabras y actitudes pueden influir en cómo tu hija o hijo se siente y se relaciona contigo. Algunas reacciones pueden lastimarles o alejarles, pero también pueden convertirse en oportunidades para fortalecer el vínculo.

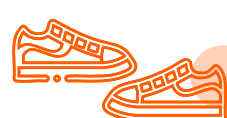
#1 Muestra interés no interrogues

Interrogar con dureza genera tensión y distancia. Mostrar interés por sus asuntos le demuestra cuánto te importa.



0 a 12 años

Deja que platique sobre lo que pasó con calma. Las preguntas que despiertan curiosidad favorecen a que piense y se exprese.



13 a 17 años

Evita los cuestionamientos que suenen a reclamos. Cuando te acercas con interés genuino, fomentas la reflexión y la confianza.

En lugar de: “¿Por qué no estudiaste más?”. Prueba con: “¿Qué crees que pasó con esta calificación?”



Reconoce no le juzgues #2

Las comparaciones con otras personas pueden herir su autoestima, hazle saber que es una persona valiosa.



0 a 12 años

Valora cada intento y muestra entusiasmo por su esfuerzo. Esa actitud le enseñará que aprender es un proceso.

En lugar de: “Tu amiga sí sacó buena calificación, ¿por qué tú no?” Prueba con: “Has aprendido mucho, cuando te esfuerzas aprendes. ¿Qué necesitas practicar? ¿Cómo te puedo apoyar?”.



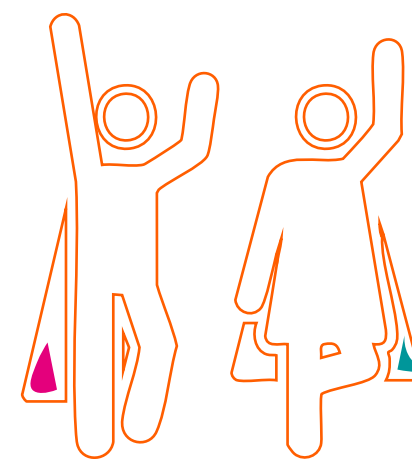
13 a 17 años

Aunque las cosas no hayan salido como esperaban, reconocer su dedicación impulsará su motivación y seguridad.

En lugar de: “Tu compañero sí pasó la prueba”. Prueba con: “Has aprendido muchas cosas y tal vez el examen te costó trabajo, ¿cómo podrías mejorar esto? ¿cómo te puedo apoyar?”.

#3 Salir a solucionar todo

Poner un parche de inmediato es una forma de minimizar lo que siente tu hija o hijo.



0 a 12 años

Darle espacio y escucharle con calma estimula su confianza y aprendizaje.

En lugar de: “A ver, ¿quieres ayuda o vas a seguir llorando?” Prueba con: “Entiendo que esto te duele. ¿Quieres que platiquemos o que pensemos qué hacer?”



13 a 17 años

Escuchar con paciencia a tu hija o hijo adolescente fortalece su autonomía y el vínculo contigo.

En lugar de: “No te preocupes, yo lo arreglo”. Prueba con: “Entiendo que esto te duele. ¿Quieres que platiquemos o que pensemos qué hacer?”

¡Forma parte de **Crianza con Conciencia Positiva (CC+)** y acompaña a tu hija/o a descubrir el mundo!



Envía la palabra “socios” por WhatsApp al **56 5100 6984** y recibe gratis consejos prácticos sobre crianza.

Si lo prefieres, también puedes acceder aquí: <https://bit.ly/crianzaconconciencia>