

PARENTALIDAD POSITIVA

Algunas propuestas para promover el bienestar en familia



1 VÍNCULOS

Dedica tiempo a repasar lo sucedido durante el día. Realiza preguntas que requieran de una respuesta elaborada, más allá del sí y el no.



2 CONSCIENCIA Y AUTOCUIDADO

Para educar necesitamos estar bien. Reconoce tus capacidades y limitaciones y, sobre todo, dedícate tiempo para el disfrute y el descanso.



3 ACOMPAÑAMIENTO

Fomenta la autonomía de tu hijo o hija, conoce y participa en su entorno educativo y social. Valida sus emociones y apoya con respeto y comprensión.

4 CRECIMIENTO COMPARTIDO

Enfoca las crisis, los errores y las discusiones como oportunidades para aprender a reparar en familia y crecer.



6 COMUNICACIÓN

Genera espacios para el diálogo en los que compartir experiencias, inquietudes y emociones de manera asertiva y con una escucha activa.



7 LÍMITES

Los límites ofrecen seguridad y es importante pautar rutinas y hábitos. Ante una situación problemática, toma distancia, respira y busca la solución, no la culpa.



8 RECONOCIMIENTO

Muestra interés por lo que hace tu hijo o tu hija y valora sus iniciativas. Apoya su crecimiento personal y educativo reconociendo su esfuerzo y no solo el resultado. Conoce sus habilidades y sus dificultades para no desacreditar o infravalorar.



9 DISFRUTE

Dedica momentos para compartir actividades familiares de ocio, como excursiones, tardes de juego, cine en familia, visitas culturales o vacaciones.



10 CLIMA

Promueve relaciones positivas en el hogar, sin crispaciones o problemas externos que puedan impedir el buen funcionamiento.