



## Ser padres y madres

¿Dónde está el manual de instrucciones?



1. **Dar el ejemplo.** Los niños aprenden más de lo que ven que del discurso que se les da, por ello es sumamente importante ser conscientes de nuestras acciones ya somos el modelo a imitar de nuestros hijos.
2. **Demostrarles el cariño.** Que los niños se sientan amados, no basta sólo decirles que los amamos, también hay que demostrarlo con hechos a través del respeto, la confianza, la comprensión y la empatía.
3. **Ser consecuentes.** Es importante que los niños observen en nuestro actuar que somos consecuentes y consistentes, ya que esto les dará seguridad, eso significa cumplir con lo que se promete, sea una consecuencia o un premio por ejemplo.
4. **Enseñarles el respeto,** tanto por los demás como por ellos mismos, enseñarles desde pequeños a colocarse en el lugar del otro para promover la empatía.
5. **Refuerzos.** Potenciar a los niños y reforzarlos siempre desde lo positivo, rescatando sus potencialidades, y no centrarse sólo en las dificultades.
6. **Dedicarles tiempo.** Compartir con los niños, jugar con ellos, conocer sus intereses son actividades que fortalecerán el vínculo. Si tiene más de un hijo dedique un tiempo especial a cada uno por separado.
7. **Saber escuchar y comprender.** Desde la visión del niño y no sólo desde la mirada del adulto, entender las acciones de los niños desde su mirada, su pensar y su sentir.
8. **Límites.** Los niños necesitan normas porque necesitan tener una estructura donde desarrollarse, límites basados en el respeto y el cariño, harán que el niño se sienta seguro y protegido ya que les otorgamos un marco en el cual moverse además de enseñar las normas sociales a las que está expuesto.



9. **Enseñarles el valor de la familia.** A través del ejemplo de un buen clima familiar, siendo capaces de contenerlos y apoyarlo, de animarlos a superar las adversidades juntos, potenciar la resiliencia en los niños.
10. **Deseos no son necesidades.** Explíquele que son las necesidades, de manera que comprenda que cuando no podemos darle lo que quieran no es que no los queramos, sino simplemente que hay cosas más importantes que no tiene precio, de esta forma se puede prevenir que los niños se frustren y se sientan insatisfechos cuando no tiene lo que mediáticamente le muestran los medios como necesidades, por ejemplo celulares, computadores etc.



**Con cariños Tía Patricia y Tía Michelle**

