

Crianza con propósito: Ayudar a los niños a dar lo mejor de sí



¿Qué quieren los padres para sus hijos? La mayoría concordaría en que quieren que sus hijos crezcan para ser adultos productivos y felices. La crianza con propósito es un enfoque que comienza con esa meta a largo plazo, y ayuda a los padres a alcanzarla.

Algunos aspectos fundamentales de la crianza con propósito

Nadie puede ser un “padre perfecto” todo el tiempo. Pero estas conductas básicas pueden ayudarlo a poner en práctica la crianza con propósito:

- **Escuche.** Cuando realmente escucha a sus hijos, aprende mucho sobre ellos. Además, aumenta la autoestima de sus hijos.
- **Sea honesto.** Cuando es abierto y sincero, sus hijos pueden aprender de usted.
- **Recompense la buena conducta.** Si sus hijos hacen algo bueno, hágales saber que le gusta. Es mejor afianzar las conductas positivas que castigar las negativas.

- **Juegue.** Participe en deportes, juegos y otras actividades para conectarse y gastar energía juntos.
- **Pasen tiempo a solas todos los días.** Bríndele a cada niño un momento “a solas” con usted cada día. Aun si son solo quince minutos, pueden utilizar el tiempo para leer juntos, dar un paseo o simplemente hablar sobre el día. Esto ayuda a fortalecer la relación y forja la autoestima.

La crianza puede ser el trabajo más desafiante que existe. No obstante, si cría adultos responsables y bien centrados, toda su familia obtendrá beneficios.

El programa EAP está administrado por Resources For Living, LLC

Todas las llamadas del programa EAP son confidenciales, excepto que la ley exija lo contrario. Este material es solo a fines informativos. Contiene solo una descripción parcial y general de los programas y servicios y no constituye un contrato. La información no es sustituto de la atención médica profesional y no debe reemplazar el consejo de los profesionales médicos. Si tiene alguna pregunta o duda con respecto a necesidades específicas de atención médica, póngase en contacto con un profesional médico. Se considera que la información es precisa a la fecha de producción. Sin embargo, está sujeta a cambios.