



COMPLEJO EDUCACIONAL UN AMANECER  
EN LA ARAUCANÍA



PADRES Y ADOLESCENTES

# CONSEJOS

PARA CONSTRUIR UNA RELACIÓN  
SÓLIDA Y POSITIVA

Convivencia



Escolar

COMPLEJO EDUCACIONAL  
UN AMANECER EN LA ARAUCANÍA



1

## Solo permanece ahí

➔ Es probable que su hijo o hija tenga menos problemas de conducta si ustedes padres están cerca.

➔ Su hijo o hija se beneficiará con solo saber que usted está allí si lo necesita.

2

## Trate de relajarse a veces con las reglas.

➔ Resolver en qué puede ceder puede ayudarle a reducir y manejar los conflictos con su hijo o hija .

➔ Si tiene una pelea, vea si puede resolver algo positivo que los ayude a ambos a sentirse mejor.






3

## Respete su espacio y tiempo

Su hij@ probablemente querrá más independencia sobre cosas como cómo llegar a los lugares, cómo pasa su tiempo, con quién pasa el tiempo y en qué gasta el dinero.

A medida que su hij@ se vuelva más independiente, probablemente signifique algunos cambios en las rutinas y relaciones familiares, así como en las amistades de su hij@.

Pero igual los necesitan!! Su hij@ quiere que usted participe en su vida, aunque a veces la actitud, comportamiento o lenguaje corporal parezca decir que no lo hace.



4

## Dedique tiempo a conectarse con su hijo o hija.

- ✓ Aproveche todas las oportunidades que pueda para pasar el rato juntos
- ✓ Planifiquen tiempo juntos
- ✓ Mantengase en contacto con mensajes de texto diarios ¡incluso si su hijo o hija no siempre responda!

5

## Cuéntele historias a su hijo o hija

L@s adolescentes nunca son demasiado mayores para una historia.

Puede tratarse de sus propias historias de viajes, historias de su vida antes de conocer a su pareja, grandes momentos en el deporte o cualquier otra cosa que atraiga el interés de su hij@.

6

## Muéstrele a su hijo o hija cuánto lo ama

- ▶ L@s adolescentes nunca son demasiado mayores para un abrazo, incluso si les avergüenza
- ▶ Puedes demostrarle amor de muchas maneras, no sólo el afecto físico.
- ▶ Hacer las cosas cotidianas para su hij@ es otra forma de demostrarle amor, por ejemplo, acudir al deporte todos los fines de semana o recoger a su hij@ en las fiestas.





7

## Comparta un pasatiempo

- ★ Es posible que deba probar algunas cosas diferentes antes de encontrar algo que les guste a ambos.
- ★ Busque un pasatiempo compartido, como cocinar, hacer yoga o salir en bicicleta, puede ser una excelente manera de divertirse y construir su relación.



8

## Deje que su hijo o hija sea el experto

Haga que su hij@ le muestre cómo hacer algo de lo que usted sabe menos que él o ella, incluso si es el último videojuego.

Esta es una excelente manera para que l@s adolescentes desarrollen confianza y habilidades de tutoría.



Busque formas de fomentar la independencia y transferir la responsabilidad a su hijo o hija. No existe una fórmula para lograr una buena relación.

Si la relación con su hijo o hija se basa en interacciones cálidas, amorosas y receptivas la mayor parte del tiempo, su hijo o hija se sentirá amado y seguro.

<https://raisingchildren.net.au>

