



IDEA DE FIVE FOR FAMILIES

## Hacer crecer la fortaleza interior de su hijo

Aprender cómo sobrellevar los contratiempos ayuda a los niños a crecer y a prepararse para desafíos futuros. Puede ayudar a su hijo a sobrellevar experiencias difíciles y desarrollar su fortaleza interior.

**Pause y escuche:** Permita que los niños procesen las experiencias antes de intervenir y arreglar las cosas.

**Hable de los temas:** Pregúnteles a los niños cómo los hacen sentir las dificultades. No interrumpa. Repita lo que usted entendió de lo que dijeron.

**Busque lo positivo:** Solucionen problemas juntos. Trate de identificar todo lo bueno que pueda surgir de una dificultad.

**Busque apoyo:** Sepa cuándo su familia está abrumada y busque la ayuda de un profesional, como ser un médico o un consejero.