

Los mejores momentos de padres con hijo

Provoquemos **agradables momentos con los hijos llenos de afecto y de manera frecuente**, nos ayudarán a conocerlos mejor, a estar más atentos a sus necesidades y **desarrollar lazos más sólidos**. No es logro con buena suerte.

I Buscando el momento.

Hay muchos y para encontrarlos solo se requiere estar alerta, para despertar la imaginación se presenta una nómina con ejemplos.

Ejemplos de momentos para conversar con los hijos			
N°	Descripción	N°	Descripción
1	Acarreo al estudio o deporte, ida o vuelta	6	Alrededor de un asado o una fogata en la playa
2	Durante el desayuno, almuerzo o comida	7	Una sobremesa de un almuerzo de domingo
3	Programar paseos durante el fin de semana	8	Después de las tareas o de leer un libro
4	Andar en bicicleta	9	Luego de leer un libro ver una película
5	Ayudar con un arreglo en la casa, cocinar ...	8	Comodín, Comodín, Comodín, ...

II La temática.

Las posibilidades son infinitas y **lo que interesa es saber lo que tu hijo necesita**, le gusta, o le preocupa, ... para conversar. Dicho de otra forma, sobre sus problemas y dificultades con delicadeza sin presionarlos para que no se cierren a la conversación, nunca obligar, generar y respetar su confianza, nunca divulgar lo que nos dicen, aunque nos parezca simpático. Requerirás observación, trabajo y no hay nada ni nadie que pueda hacer esto por ti.

III Autoevaluando la relación con tu hijo.

Usa la tabla que viene a continuación. Trata de ser muy objetivo al dar puntuación y así irás notando tu progreso.

Test de autoevaluación de la relación con tu hijo Fecha __/__/__		Respuestas				
N°	Pregunta	NO -> SI				
		1	2	3	4	5
1	¿Cuánta confianza te tiene?, ¿Te comenta sus cosas, por iniciativa propia?					
2	¿Cuántas conversaciones personales a la semana tienes? (1, 2, 3)					
3	¿Cuántas horas juegas a la semana? (1, 2, 3)					
4	¿Sabes con certeza las tres cosas que más le gusta?					
5	¿Sabes con certeza las tres cosas en que debería mejorar (en actitudes, no en cosas de colegio)?					

IV Trabajando los puntos débiles.

Por cada respuesta con puntaje bajo 4 partiendo por los puntajes más malos, planifica acciones para mejorar el puntaje obtenido. **Tips, apóyate en tu pareja.**

Considera realizar esta misma autoevaluación en dos meses más.