

## CONSEJOS PARA CRIAR HIJOS FELICES Y SANOS



### Consejo No. 21: Asigne tareas.

Las tareas pueden enseñar a los niños lecciones de responsabilidad y servicio comunitario. También pueden aprender que pueden lidiar con tareas aburridas, o que son capaces de persistir incluso cuando se sienten frustrados.



## CONSEJOS PARA CRIAR HIJOS FELICES Y SANOS

### Consejo No. 22: Enseñe a su hijo a usar empatía.

Cuando enseña a su hijo a interactuar con el mundo puede ser difícil para usted imaginar cómo ve las cosas. Los niños tienen el mismo tipo de emociones y sentimientos que los adultos. Sin embargo, no están totalmente preparados para expresarlos. Cuando usted enseña a su hijo usando empatía, puede mostrarle cómo cuidar a otras personas. Muéstrele empatizando con ellos primero.



## CONSEJOS PARA CRIAR HIJOS FELICES Y SANOS



### Consejo No. 23: Dé importancia al cuidado de los demás.

Como humanos, a menudo damos la mayor importancia al cuidado de nosotros mismos. Y a veces, es lo que necesitamos para superar los obstáculos. Sin embargo, dar importancia al cuidado de los demás enseñará a sus hijos cómo acercarse y pedir ayuda a otras personas.



## CONSEJOS PARA CRIAR HIJOS FELICES Y SANOS

### Consejo No. 24: Ayude a sus hijos a procesar sus emociones.

No todas las emociones son divertidas. Algunas, como el enojo y la frustración, les pueden ser difíciles de entender. Cuando los niños se molestan se les debe enseñar a lidiar con esos sentimientos.

Si no se les enseña, tienden a desquitarse físicamente, como golpeando, pateando o gritando. Céntrese en que lidien y procesen sus emociones de una manera saludable.

