



# VINCULO AFECTIVO CON NUESTROS HIJOS

Ps. Geraldine Brown

## Qué es el vínculo afectivo

Es el lazo afectivo que surge a partir de la relación entre dos personas, genera un marco de confianza en el otro y en la vida, en un contexto de comunicación y desarrollo

## Aprovecha el tiempo que pasas con tu hijo/a

- Para conocerse mejor
- Realizar actividades de disfrute familiar
- Enseñar el verdadero valor de la familia
- Promover valores como responsabilidad y solidaridad.

## Acciones que promueven vínculo positivo

- **Escuchar a los hijos/as:** aunque a veces sea agotador... es importante que exista una vía de comunicación donde se sientan escuchados y contenidos.
- **Evitar gritar:** los gritos disminuyen el autoestima y confianza en los niños/as y pueden generar comportamientos agresivos y estrés
- **Reconocer sus logros y esfuerzos:** estimulando el buen comportamientos y sus consecuencias positivas
- **Dedícale tiempo exclusivo:** mantener una rutina diaria de tiempo exclusivo con tu hijo/a, promueve el desarrollo de confianza, comunicación y autoestima
- **Demostrar afecto:** los abrazos, caricias, besos y el decirle diariamente que lo amas, fortalece el vínculo, autoestima, confianza en si mismos y autonomía

