

## TIEMPO PARA CONVIVIR EN FAMILIA

LA CONVIVENCIA FAMILIAR DEBE SER UNA DE LAS PRIORIDADES QUE TODA FAMILIA DEBE TENER PRESENTE, YA QUE CONTRIBUYE A FORTALECER EL VÍNCULO NO SOLO EN LA RELACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS, SINO ENTRE TODOS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA, SIN IMPORTAR EL TIPO DE FAMILIA CON LA QUE SE CUENTE.

EL TIEMPO DEBE DARSE EN FUNCIÓN DE LA CALIDAD QUE SE DEDIQUE. ESE FORTALECIMIENTO VA A BRINDAR A CADA MIEMBRO HERRAMIENTAS QUE LE PROPORCIONAN SEGURIDAD Y CONFIANZA PARA HACERLE FRENTE A LAS ADVERSIDADES CUANDO SE PRESENTEN.

DEDICAR ESE TIEMPO DE CALIDAD A LAS PERSONAS QUE QUEREMOS ES NECESARIO PARA LOGRAR UN CRECIMIENTO ADECUADO EN LOS MÁS PEQUEÑOS Y PARA FOMENTAR LA RED DE APOYO SOCIAL QUE SON "EL CONJUNTO DE RELACIONES QUE INTEGRAN A UNA PERSONA CON SU ENTORNO SOCIAL, O CON PERSONAS CON LAS QUE ESTABLECEN VÍNCULOS SOLIDARIOS Y DE COMUNICACIÓN PARA RESOLVER NECESIDADES ESPECÍFICAS".



## COMPORTAMIENTOS QUE CONTRIBUYEN A FORTALECER LA CONVIVENCIA FAMILIAR

- **Comer en familia, es un momento en el que surgen conversaciones que ayudan a conocer los intereses de los hijos y de cada miembro de la familia.**
- **Tener momentos de convivencia abiertas en las que cada persona pueda participar y expresar sus puntos.**
- **Establecer y respetar los horarios de convivencia, desconectarse de los aparatos celulares y conectar con los familiares.**
- **Compartir juntos tareas y responsabilidades del hogar.**
- **Expresar los afectos, no des por sentado que ya saben que los quieres, manifiéstalo con besos, abrazos y palabras.**
- **Planificar rutinas juntas, puede ser viajes, vacaciones, salida al mall etc.**
- **El respeto y la tolerancia mutua es esencial para mantener una sana convivencia.**
- **Apoyarse unos a otros.**
- **Dedica tiempo para orar en familia.**

**La familia es el principal círculo social que una persona puede tener, es fundamental realizar actividades que fomenten la convivencia familiar para lograr un sano desarrollo emocional y cognitivo.**

Tener un lugar a donde ir es un **hogar**  
 tener alguien a quien amar es una **familia**  
 tenerlos a los dos es una  **bendición**

