



CUIDADO DE LA VOCACIÓN

CUIDADO DE LA FRATERNIDAD

CUIDADO DE LA CASA COMÚN



## PROMOVER HABILIDADES SOCIALES EN LOS HIJOS



Las HHSS son el conjunto de pensamientos, emociones y conductas que ponemos en juego cuando nos relacionamos con otras personas.

## DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES DESDE TEMPRANA EDAD

es importante fomentar y promover la adquisición de habilidades sociales en los hijos desde temprana edad , ya que al llegar a la adolescencia se ponen en marcha un conjunto de cambios que condicionan al adolescente para afrontar nuevos retos y situaciones.

Cuanta mayor variedad de habilidades sociales tenga su hijo, mayor será el éxito que podrá tener en diferentes áreas de su vida, ya que éstas le ayudarán a establecer relaciones y **VÍNCULOS SANOS CONSIGO MISMO Y** con los demás.

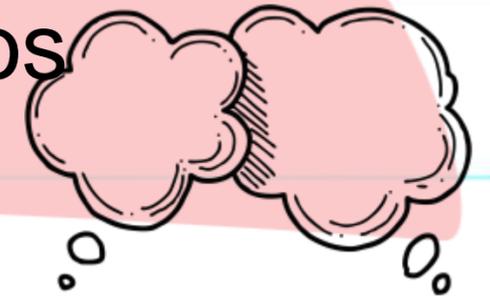
Todos continuamente nos estamos relacionando y no solo nos relacionamos, también compartimos valores y normas.

Por ejemplo: en el hogar hay deberes que cumplir, en la escuela hay un manual de Convivencia que respetar, en los partidos También hay reglas y así en diferentes situaciones sociales. en todas, si realmente queremos educar personas integras, hay que ser firmes y constantes.

**Las habilidades sociales contribuyen que PODAMOS interactuar con los demás de manera efectiva y positiva.**



# habilidades sociales que debemos fomentar en los hijos



## EMPATÍA

No se trata solo de ponerse en el lugar del otro, la empatía implica comprender la vida emocional que tiene la otra persona. Esto no quiere decir que compartas sus opiniones. Sino que, a pesar de ello, lo aceptas y aprendes a tomar perspectiva.

## TOLERANCIA Y RESPETO

Se refiere a la capacidad de aceptar y respetar las diferencias de los demás. La tolerancia implica una actitud de apertura, empatía y comprensión hacia los demás, incluso cuando sus opiniones o comportamientos difieren de los nuestros.

## ESCUCHA

Significa escuchar activamente y con plena conciencia e interés en lo que la persona que tenemos delante nos está transmitiendo. Implica nuestro interés por la conversación.

## aprender a decir no

Cuando decimos “no” a alguien que nos está diciendo de hacer algo que va en contra de nosotros mismos, estamos evitando y potenciando una serie de factores.

Evitamos la manipulación.

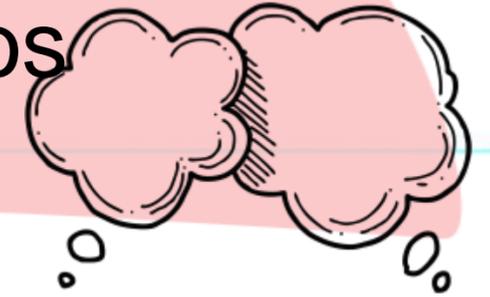
Potenciamos la autoestima.

Evitamos posibles conflictos.

## AUTOCONTROL

Es la habilidad de moderar conscientemente las conductas propias, con el objetivo de evitar respuestas impulsivas, mantener la calma, y tomar decisiones racionales.

# habilidades sociales que debemos fomentar en los hijos



## RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Los desacuerdos son inevitables, pero saber manejarlos de manera constructiva es lo que se aprende. Encontrar soluciones, fomenta la armonía en las relaciones interpersonales.

## RESILIENCIA

Es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares, de salud o situaciones estresantes.

### Asertividad

Es la habilidad o aptitud de expresar nuestras propias ideas de manera adecuada y sobre todo respetando los pensamientos de las demás personas.

## AUTOESTIMA

Una autoestima sana previene enfermedades psicológicas como la depresión o la ansiedad. Es también una de las bases de las relaciones humanas, y por lo tanto, afecta de forma directa a nuestra manera de actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás.

## TRABAJO EN EQUIPO

Responde a una manera organizada y coordinada de trabajar entre varias personas. Cada uno de los integrantes mantienen una responsabilidad individual y mutua para dirigir todos los esfuerzos a un objetivo común.

# TODAS LAS HABILIDADES SOCIALES VISTAS, SON FUNDAMENTALES EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR EMOCIONAL



LA BUENA NOTICIA ES QUE LAS HABILIDADES SOCIALES PUEDEN SER APRENDIDAS Y MEJORADAS CON LA PRÁCTICA CONSCIENTE.