

EL PODER DE LA PRESENCIA DE LOS PADRES PARA FAVORECER LA SALUD MENTAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES

Construir un vínculo sano y fuerte con los niños y adolescentes es fundamental para favorecer su salud mental y para ello la presencia de los padres en sus vidas es fundamental.



Estar presente significa establecer una conexión emocional profunda con los hijos, pasar tiempo de calidad a diario con ellos, estar en los momentos más importantes de su vida, escucharlos con atención, sin interrupciones, haciéndolos sentir como una prioridad en los momentos en los que nos hablan o nos cuentan algo.

La presencia de los padres favorece la salud mental de los hijos porque los ayuda a sentirse:

Seguros: se sienten protegidos.



Vistos: Saben que son importantes y tienen atención.

Consolados: Saben que no están solos en los malos momentos.



A salvo: Confían en que a pesar de las dificultades pueden sentirse a gusto en el mundo.

TE INVITAMOS A SER UN PADRE PRESENTE
EN LA VIDA DE TUS HIJOS, PUES SÓLO SE PUEDE TENER INFLUENCIA
EN LAS PERSONAS QUE ADMIRAN, AMAN Y CONOCEN.