



Adiós, gritos

Consejos para no perder el control

SEMÁFORO PARA VOLVER A LA CALMA

PARA

Recuerda que tienes un compromiso: dejar de gritar.

PIENSA

Lo más importante es mantener intacto el vínculo.

ACTÚA

Tus hijos te aprenden a ti. Relaciónate con ellos como quieres que se relacionen con los demás.

 educarestodo

7 CLAVES PARA DESTERRAR LA FRASE: "SI NO GRITO, NO ME HACEN CASO"



Mensajes claros y concretos.



Establece consecuencias.



Asegúrate de que te están escuchando.



Usa el juego.



Confirma que se han enterado.



Sé firme y no cambies las normas en función de tu estado de ánimo.



Da pre-avisos.



Consejos ofrecidos por Amaya de Miguel, mentora de familias, fundadora de 'Relájate y educa'.

Para más info:

