

7 elementos

indispensables

para la crianza de mis hijos

Guía del Participante

7 Elementos Indispensables para la Crianza. Guía del Participante
© 2018 Enfoque a la Familia

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación, o transmitida de ninguna manera ni por ningún medio (electrónico, mecánico, fotocopiado, grabación o cualquier otro) sin el permiso previo por escrito de Enfoque a la Familia.

Índice

Introducción	4
Padres Amorosos	6
SESIÓN UNO	
Padres Agradecidos	10
SESIÓN DOS	
Padres Respetuosos	14
SESIÓN TRES	
Padres que Perdonan	18
SESIÓN CUATRO	
Padres que proveen Límites	22
SESIÓN CINCO	
Padres Intencionales	26
SESIÓN SEIS	
Padres que se Adaptan	30
SESIÓN SIETE	

Introducción

Quien ama a sus hijos siempre se hará esta pregunta: "¿Estaré siendo un buen padre o madre?"

Todos los padres alguna vez cargamos con culpa, miedo o remordimiento al pensar que no estamos siendo "suficientemente buenos" como padres. Entre las demandas de la cotidianidad y los inevitables errores que cometemos mientras criamos, nos preocupa saber si estamos proveyendo a nuestros hijos de todo lo que necesitan para crecer y desarrollarse de forma saludable.

El curso "7 Elementos Indispensables para la Crianza" presenta aquellas áreas indispensables en las que los padres deben enfocarse para desarrollar carácter, valores y ética en sus hijos:

1. Amor
2. Agradecimiento
3. Respeto
4. Perdón
5. Límites
6. Intención
7. Adaptación

El curso tiene el objetivo de ayudarlo a identificar aquellas áreas de la crianza que usted necesite fortalecer, y proveerle recomendaciones prácticas que le ayuden a practicar lo que aprenderá. Evaluar de forma saludable nuestra labor como padres, siempre será el mejor camino para el crecimiento y el bienestar de nuestros hijos. ¿Preparado para aprender?

Sesión uno

Padres Amorosos



Padres Amorosos

Tiempo

En una vida ajetreada y llena de ocupaciones, todos los padres intentamos darles lo mejor que podemos a nuestros hijos. Sin embargo, frecuentemente nos culpamos al pensar que no pasamos el tiempo suficiente con ellos. Nos llenamos de un remordimiento que nos hace canjear el tiempo que no les dimos, por más cosas materiales, o por ser menos firmes en los límites, la disciplina y las consecuencias. Aunque esto calma nuestro remordimiento por un momento, no es algo que beneficie a nuestros hijos a largo plazo.

“¿Estoy dando a mis hijos el amor que necesitan?” Uno de los miedos más profundos que sentimos los padres es pensar que no estamos haciendo suficiente por nuestros hijos. Sin embargo, el auténtico amor parental es una habilidad que podemos aprender, sin tener que poner en peligro los límites y la disciplina.

En esta sesión, Sixto Porras explicará que los niños deletrean amor como **T-I-E-M-P-O**, y cómo el tiempo que les entreguemos contribuirá en su desarrollo psicosocial y espiritual.



INTRODUCCIÓN: RECUERDOS DE AMOR

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. Busque en su memoria algún recuerdo de cuando se haya sentido realmente amado por sus padres en su niñez o adolescencia.

2. ¿Qué cosas hacen que su hijo se sienta realmente amado?



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN UNO

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿Cuáles son las frases que generalmente utiliza para elogiar y mostrar admiración a su hijo?

2. ¿Cuánto tiempo de calidad está invirtiendo en sus hijos?

3. ¿Qué cosas pueden impedir que los padres o madres logren desarrollar una relación amorosa con sus hijos? ¿Cuáles serían algunas recomendaciones para cada impedimento?

4. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más ha puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Ejercicios prácticos para amar a través del TIEMPO

- a. Desafíese a jugar, reír y sonreír con sus hijos durante 10-15 minutos cada día.*
- b. Priorice su horario de tal manera que pueda tener un tiempo uno-a-uno con cada uno de sus hijos.*
- c. Practique la atención relacional. Utilice notas adhesivas para expresar afecto.*
- d. Reconozca lo que hace único a cada hijo. Tome tiempo para decirle lo que ve y admira de él.*

5. Califique su respuesta del 1 (muy poco) al 5 (bastante). ¿Qué tan hábil ha sido demostrando amor a su hijo? ¿por qué?

- 1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

“Por tanto, imiten a Dios, como hijos muy amados, y lleven una vida de amor, así como Cristo nos amó y se entregó por nosotros como ofrenda y sacrificio fragante para Dios.”

(Efesios 5:1-2, NVI)

“En esto conocemos lo que es el amor: en que Jesucristo entregó su vida por nosotros. Así también nosotros debemos entregar la vida por nuestros hermanos.”

(1 Juan 3:16, NVI)

1. Basándonos en estos dos versículos, ¿de qué trata el amor verdadero?

2. ¿Qué cosas le impiden llevar una vida de amor en las relaciones y sobre todo en la relación con sus hijos?

3. ¿Qué cosas ha aprendido su hijo del amor de Dios a través de usted?



TAREA PARA HACER EN CASA

Para mayor aprovechamiento de la sesión, Sixto Porras le sugirió algunas actividades que le ayudarán a poner en práctica y desarrollar el elemento del amor. La tarea de esta sesión será:

Tengan por lo menos un rato de 10 a 15 minutos en familia esta semana. El objetivo es que puedan reírse, jugar, tener contacto físico o divertirse un poco. Algunos ejemplos: Preparen un almuerzo juntos, tengan una noche de juegos de mesa, vean una película juntos en la cama, si su hijo es fanático de los videojuegos siéntese a jugar con él, etc.

Sesión dos

Padres Agradecidos



Padres Agradecidos

Corazón agradecido

Un corazón agradecido no olvida ninguno de los beneficios que Dios le ha dado; el agradecimiento brota de un ser contemplativo que sabe apreciar el gesto amable de un extraño, la llamada de un amigo y la sonrisa de un niño. Un padre agradecido normalmente es alguien positivo, experimenta una profunda paz, no tiene altas demandas para sus hijos, presenta sus necesidades delante de Dios, y aprende a apreciar hasta el más pequeño detalle.

Lo opuesto a agradecer es reclamar, imponer, exigir y demandar; esto produce falta de aprecio por aquello que se tiene e incluso por quienes están cerca de nosotros. Si convertimos la gratitud en un hábito, dejaremos de creer que nuestros hijos están obligados a hacer lo que queremos, y nos daremos cuenta de que lo que recibimos de ellos es una expresión de amor y aprecio. Los padres que hacen una práctica la demostración de gratitud a sus hijos cosechan esos mismos beneficios.

Cuando somos agradecidos nos convertimos en personas más amables y a la vez inspiramos esto mismo en los que nos rodean, lo que genera un ambiente más placentero para todos en casas.



INTRODUCCIÓN: MUESTRAS DE GRATITUD

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. Recuerde el ejemplo de una persona agradecida en su vida, y por qué la considera de esa forma.

2. ¿Qué cosas le impiden llevar una vida de amor en las relaciones y sobre todo en la relación con sus hijos?



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN DOS

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿De qué cosas está agradecido con sus hijos de forma específica?

2. ¿En qué cosas ha sido crítica o crítico con sus hijos? (escriba lo que ha dicho). ¿Por cuáles frases de agradecimiento podrían cambiarlas?

Frase crítica

Frase de agradecimiento

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

3. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más ha puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Ejercicios prácticos para implementar la gratitud.

- Haga pausas para observar cosas y personas por las que está agradecido.*
- Expres verbalmente por qué está agradecido*
- Inicie un diario de agradecimiento y comparta lo que escribe con su familia.*
- Expres agradecimiento a sus hijos por cosas específicas.*
- Trate de cambiar la percepción de una situación negativa a algo positivo y esperanzador.*
- Respire para tranquilizarse.*

4. Califique su respuesta del 1 (muy poco) al 5 (bastante). ¿Qué tan hábil ha sido enseñado a su hijo a ser agradecido? Y ¿por qué?

1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

"...den gracias a Dios en toda situación, porque esta es su voluntad para ustedes en Cristo Jesús". (1 Tesalonicenses 5:18, NVI)

"No se inquieten por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presenten sus peticiones a Dios y denle gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús". (Filipenses 4:6-7, NVI)

1. ¿Qué significaría para usted dar gracias en TODA situación?

2. ¿En lugar de la queja qué cosas nos recomienda Filipenses?

3. ¿Qué cosas ha aprendido su hijo de la gratitud a través de su vida?



TAREA PARA HACER EN CASA: DIARIO DE GRATITUD

Para mayor aprovechamiento de la sesión, Sixto Porras le sugirió algunas actividades que le ayudarán a poner en práctica y desarrollar el elemento del amor. La tarea de esta sesión será:

Iniciar un diario de agradecimiento personal. Comparta con sus hijos las cosas por las cuales está agradecido; luego pregúnteles por qué ellos sienten gratitud e inclúyalas en la lista.

Sesión tres



Padres Respetuosos



SESIÓN TRES

Padres Respetuosos

Respeto

Los padres esperamos que nuestros hijos nos traten con el respeto debido y que sepan respetar a los demás. Pero, ¿respetamos nosotros a nuestros hijos en la misma medida?

La edad de nuestros hijos y nuestra autoridad sobre ellos no son razones justificables para despreciarlos, hablarles con altivez, humillarlos con sobrenombres, o avergonzarlos en público o en privado. Debemos pensar en que, aunque son pequeños y de edad corta, tienen todo el derecho de ser tratados con dignidad y respeto por los adultos que les rodean.

Cuando nosotros los padres les tratamos con el mismo respeto que a cualquier persona, les ayudamos a sentirse importantes, dignos de consideración y favorecemos una comunicación más fluida entre nosotros y ellos.

En esta tercer sesión, Sixto Porras hablará del elemento "Respeto" y por qué es indispensable en la crianza saludable de los hijos; el respeto se manifiesta en la calidad del trato que les otorgamos a nuestros hijos y en la atención que ponemos en cuidar de su dignidad y valor.



INTRODUCCIÓN: MUESTRAS DE GRATITUD

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. En su infancia, del 1 (muy poco) al 10 (bastante) cuánto pudo sentir el respeto de sus padres durante su infancia. ¿Por qué dio esta calificación?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Recuerde alguna situación en la que se hubiera sentido realmente avergonzado por sus padres públicamente. ¿Cuál hubiese sido la mejor forma en que sus padre hubiesen reaccionado para no hacerlo sentir de esa forma?



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN TRES

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿De qué forma podemos los padres respetar los sentimientos de los hijos?

2. ¿De qué forma los padres podrían disciplinar a sus hijos sin olvidar el elemento del respeto?

3. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más a puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Ejercicios prácticos para implementar el respeto:

- a. Haga una pausa y explique a sus hijos sus expectativas*
- b. Guíe a sus hijos a convertirse en mejores tomadores de decisiones.*
- c. Pregúntele a sus hijos sus opiniones, escuche sinceramente sus puntos de vista.*
- d. Piense cómo su hijo puede interpretar o malinterpretar lo que está diciendo.*
- e. Busque oportunidades para elogiar en lugar de criticar.*
- f. Tenga buen humor pero no haga quedar mal a sus hijos.*

4. Del 1 (muy poco) al 5 (muy hábil), ¿qué tan hábil ha sido a lo largo del tiempo en respetar a sus hijos? ¿Por qué?

1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

"Padres, no exasperen a sus hijos, no sea que se desanimen." (Colosenses 3:21, NVI)

"Y ustedes, padres, no hagan enojar a sus hijos, sino críenlos según la disciplina e instrucción del Señor." (Efesios 6:4, NVI).

1. Evalúe estas situaciones que pueden exasperar a los hijos

- () Ausencia de amor
- () No escucharles ni prestarles atención
- () Tener una disciplina injusta
- () Abuso o violencia
- () Expectativas no realistas
- () Vivir las propias fantasías a través de los hijos
- () Presionar injustamente al hijo para que haga algo de acuerdo a sus intereses.

2. ¿Cómo sería criar a los hijos según la disciplina e instrucción del Señor sin hacer que se desanimen?



TAREA PARA HACER EN CASA: OPINIÓN

Para mayor aprovechamiento de la sesión, Sixto Porras le sugirió algunas actividades que le ayudarán a poner en práctica y desarrollar el elemento del amor. La tarea de esta sesión será:

Pregúntele a sus hijos sus opiniones, escuche sinceramente sus puntos de vista sobre un tema especial esta semana. Pregunte a su hijo sobre qué creería que se deba hacer en alguna situación. Muéstrese interesado en conocer por qué piensa de esa forma.

Sesión cuatro
Padres que
Perdonan



SESIÓN CUATRO

Padres que Perdonan

Lección del Pedón

Los padres tenemos el privilegio de enseñar a nuestros hijos las lecciones más profundas sobre la vida. Mientras nuestros hijos van aprendiendo cómo vivir y manejar sus relaciones y emociones de seguro cometerán muchos errores. Nuestra reacción ante estas faltas, descuidos e imprudencias también formarán su carácter y les preparará para el futuro.

Pedirles perdón les enseñará que equivocarse también es de humanos, por tanto, aceptar el fracaso es mejor que cubrir cubrir sus errores. Cuando nuestros hijos nos ven aceptar nuestras faltas les mostramos que no somos perfectos; podemos ser responsables y cariñosos, y aún así cometer errores. Cuando crezcan, esto hará que no se culpen ni se juzguen tan duramente cuando ellos mismos fallen inesperadamente.

Cuando nosotros perdonamos a nuestros hijos y les mostramos misericordia, estamos mostrándoles amor incondicional y gracia no merecida que marcará sus corazones para siempre. Algunas veces simplemente no tenemos la paciencia para manejar sus errores, pero cuando somos capaces de extender el perdón a nuestros hijos, creamos un ambiente de libertad, conexión y amor.

En esta cuarta sesión Sixto Porras hablará sobre los elementos de la gracia y el perdón en la crianza y cómo puede afectar el desarrollo espiritual y psicológico de nuestros hijos.



INTRODUCCIÓN: RECUERDOS DE PERDÓN

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Qué significa perdonar para usted?

2. ¿Quiénes son las personas de las que más ha aprendido sobre el perdón y la gracia?

 **EN LA PANTALLA:
VEA Y DISCUTA LA SESIÓN CUATRO**

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿Cómo le ayudaría a su hijo recibir gracia y perdón de su parte?

2. ¿En qué áreas su hijo necesita más gracia y perdón?

3. ¿Qué cosas impiden o podrían impedir que su hijo tenga la confianza para conversar con usted acerca de temas difíciles?

4. Evalúe qué actitud es la que más ha puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Prácticas para desarrollar la gracia y el perdón:

- a. Esté dispuesto a escuchar la disculpa y las muestras de arrepentimiento de sus hijos.*
- b. No castigue con el silencio o la indiferencia un error que haya cometido su hijo.*
- c. Muestre ternura y compasión inesperada*
- d. Pida perdón cuando sea necesario a sus hijos.*

5. ¿Qué tan hábil ha sido mostrando gracia y perdón a su hijo? Y ¿por qué?

O1 O2 O3 O4 O5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

“El Señor es compasivo y misericordioso, lento para enojarse y está lleno de amor inagotable. No nos reprenderá todo el tiempo, ni seguirá enojado para siempre. No nos castiga por todos nuestros pecados; no nos trata con la severidad que merecemos. Pues su amor inagotable hacia los que le temen es tan inmenso como la altura de los cielos sobre la tierra. Llevó nuestros pecados tan lejos de nosotros como está el oriente del occidente. El Señor es como un padre con sus hijos, tierno y compasivo con los que le temen.”

(Salmo 103: 8-13, NTV)

1. ¿Cuál es la frase que más le llama la atención del versículo, y por qué?

2. ¿Cómo los padres pueden modelar este perdón de Dios a sus hijos?

3. ¿Qué cosas pueden impedir que usted muestre gracia y perdón a sus hijos?

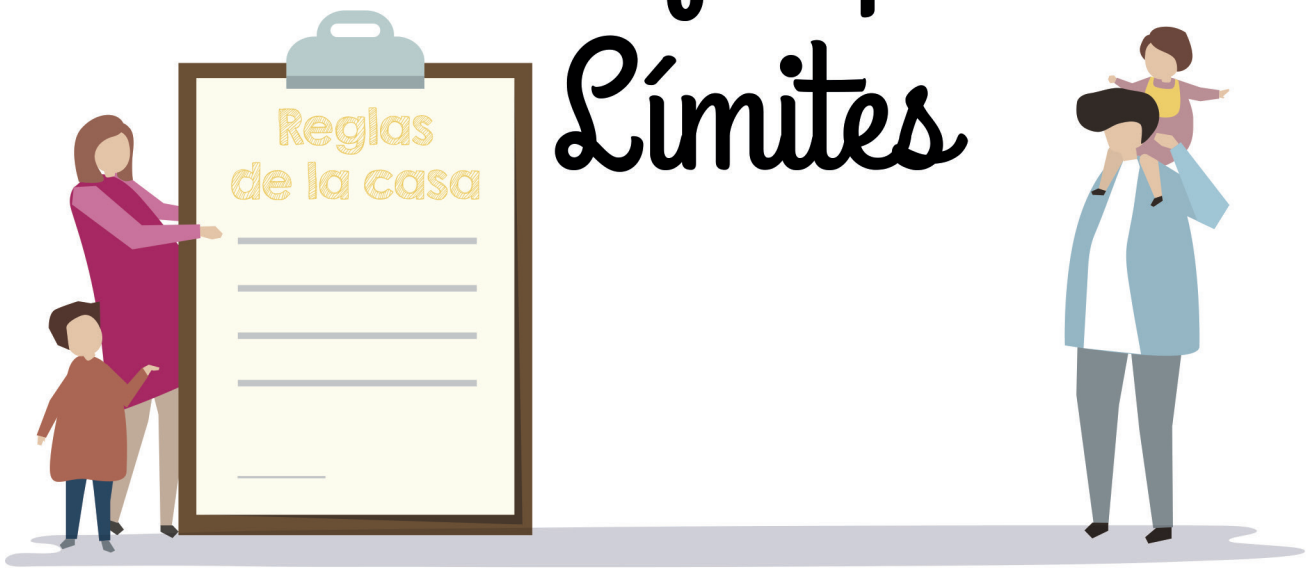


TAREA PARA HACER EN CASA: PRACTICANDO EL PERDÓN

La tarea de la semana será identificar un motivo porque el que piense que necesite pedir perdón a sus hijos. Lo primero que debe hacer es llevar estos motivos al Dios compasivo y de amor inagotable; él es un Padre tierno que nos recibe con brazo abiertos, aún después de fallar. También identifique si tiene culpa o vergüenza por algo del pasado y preséntelos ante él también. No podemos mostrar perdón, si antes no nos hemos perdonado a nosotros mismos. Luego de esto, hable con su hijo sobre el tema con naturalidad. Quizá su hijo sea muy pequeño para entender o recordar lo que sucedió; pero simplemente diga “perdón”.

Sesión cinco

Padres que proveen Límites



Padres que proveen Límites

Reglas

¿Cómo se siente jugar un juego en el cual no conocemos las reglas y los límites? Todos terminaríamos peleados, frustrados, desilusionados y confundidos. ¿Y... qué sucede si en casa nuestros hijos no conocen las reglas y los límites del hogar?

Aunque ningún límite es agradable en el presente, que nuestros hijos sepan que las reglas existen, les da la seguridad y la confianza necesarias para seguir desarrollándose, y divirtiéndose.

Es natural que todo ser

humano ponga los límites a prueba. Constantemente vemos a nuestros hijos dejarse llevar por la curiosidad, por lo desconocido, y expresar rebeldía contra lo establecido. Sin embargo, todos necesitamos restricciones, si un padre da libertad sin límites a sus hijos, ellos pueden interpretarlo como abandono o desinterés.

En la sesión cinco, Sixto Porras hablará sobre el elemento de los límites. Todos necesitamos a alguien que nos estimule a hacer lo correcto. Somos los padres los primeros responsables en asumir este rol que marca a nuestros hijos de por vida.



INTRODUCCIÓN: RECUERDOS

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Qué tipo de límites recibió en su niñez, y cómo influyó esto en cómo ejerce autoridad sobre sus hijos?

2. En general, algunos padres luchan con ser demasiado estrictos o demasiado complacientes. Si tuviera que ubicarse en uno de estos extremos, ¿hacia cuál se inclinaría más?, ¿tiende a ser más autoritario o más complaciente? Explique por qué.

Estricto - - - - - Complaciente



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN CINCO

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿En qué áreas ha puesto límites más estrictos de los que debiera?

2. ¿En qué áreas se le dificulta establecer límites firmes para sus hijos?

3. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más a puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Prácticas para desarrollar los límites:

- a. Descanse lo suficiente. Tener energía para establecer y mantener los límites.*
- b. Sea amable con la palabra "No". Explicar el por qué no de forma positiva.*
- c. Refuerce las reglas constantemente*
- d. Aprenda de otros que admira y respeta*
- e. Reorganice sus prioridades para enfocarse en lo importante*

4. Del 1 (muy poco) al 5 (bastante), ¿qué tan hábil ha sido estableciendo límites en sus hijos? ¿Por qué?

1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

"Disciplina a tu hijo, y te traerá tranquilidad; te dará muchas satisfacciones."

(Proverbio 29:17, NVI)

"Ciertamente, ninguna disciplina, en el momento de recibirla, parece agradable, sino más bien penosa; sin embargo, después produce una cosecha de justicia y paz para quienes han sido entrenados por ella." (Hebreos 11:12, NVI)

1. ¿Qué frutos reciben quienes disciplinan a sus hijos según el proverbio?

2. ¿Qué frutos reciben quienes son corregidos según Hebreos?

3. ¿Qué cosas pueden impedir que usted discipline a su hijo?



TAREA PARA HACER EN CASA: PRACTICANDO LA DISCIPLINA

La inconstancia es el mayor enemigo de cualquier límite establecido. ¿Es usted firme en mostrar las consecuencias y reforzarlas de manera consistente? Cuando disciplina a sus hijos, ¿lo hace dependiendo de qué tan cansado o molesto se encuentre? Haga una lista de consecuencias con respecto a tres comportamientos que usted no desea en el hogar. Asegúrese que va a ser firme en esos límites antes de compartirlos con sus hijos.

Sesión seis

Padres Intencionales



Padres Intencionales

Determinación

Según el Diccionario de la Real Academia Española, la intención es la “determinación de la voluntad en orden a un fin”. En otras palabras, significa tener nuestra atención claramente concentrada en lograr algo.

De modo que ser padres intencionales es tener toda nuestra concentración y acciones enfocadas en lograr lo que nos hemos propuesto con nuestros hijos. Significa entender con claridad que, mientras avanzamos por las rutinas cotidianas, todas las decisiones que tomemos, lo que hagamos y dejemos de hacer en la vida de nuestros hijos e hijas, tendrá implicaciones en su futuro.

Nuestra tarea es compleja, pero no imposible, y desempeñarla de manera intencional no hará que sea perfecta o que dejemos de cometer errores, lo que sí hará, es enfocar nuestras mentes en fomentar una relación de conexión con nuestros hijos para guiarlos hacia un futuro con sentido de misión y de propósito.

Intencionalidad significa, para los padres, tomar decisiones de crianza con el propósito de desarrollar el potencial de nuestros hijos. En esta sexta sesión, Sixto Porras explica la importancia de convertirnos en padres intencionales enfocados en el crecimiento potencial de nuestros hijos.



INTRODUCCIÓN: RECUERDOS

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es lo que más recuerda de sus paseos o vacaciones familiares en su infancia o su adolescencia?

2. ¿De qué formas cotidianas sus padres fueron intencionales en pasar tiempo con usted y fomentar la unión?



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN SEIS

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿Qué momentos específicos tiene con sus hijos para compartir con ellos intencionalmente?

2. ¿Qué tiempos podría aprovechar un padre para tener tiempo intencional con sus hijos?

3. ¿Qué tradiciones familiares podría implementar para pasar un tiempo intencional con sus hijos?

4. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más ha puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

Ejercicios prácticos para implementar el respeto:

- a. Defina lo que es importante para usted.
- b. Tome el control de su tiempo y de su horario
- c. Tome tiempo para conectarse
- d. Planee con antelación

5. Del 1 (muy poco) al 5 (bastante), ¿qué tan hábil ha sido siendo intencional con su hijo?
¿Por qué?

1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

"Por lo tanto, comprométete de todo corazón a cumplir estas palabras que te doy. Átalas a tus manos y llévalas sobre la frente para recordarlas. Enséñalas a tus hijos. Habla de ellas en tus conversaciones cuando estés en tu casa y cuando -vayas por el camino, cuando te acuestes y cuando te levantes." (Deuteronomio 11:-18-25, NTV)

1. ¿Qué puede decirnos este pasaje acerca de cuándo y dónde es el lugar indicado para guiar a nuestros hijos en la Palabra?



TAREA PARA HACER EN CASA: PRACTICANDO LA INTENCIONALIDAD

Si usted no cena en familia con frecuencia, probablemente necesitará calendarizar un tiempo así. A propósito, cenar juntos es una buena idea. La investigación demuestra que aquellos hijos que cenan en familia tienden a tener relaciones más fuertes y evitan comportamientos peligrosos.

La próxima vez que usted se siente a cenar con su hijo pregúntele: "¿Qué fue lo mejor que te ocurrió hoy?" "¿Qué fue lo peor?". Después de escucharle cuidadosamente, medite en lo triste que hubiese sido su día si no tuviera a su hijo a su lado. Mencione al menos dos cualidades que extrañaría si su hijo no estuviera allí.



Sesión siete

Padres que se adaptan



SESIÓN SIETE

Padres que se Adaptan

El Éxito

El éxito no consiste en vivir sin dificultades, sino en descubrir cómo convertir los obstáculos en oportunidades de vida. Entrenamos a nuestros hijos a pasar la dificultad cuando nos observan superar los obstáculos.

Es normal que los padres nos preocupemos por el bienestar de nuestros hijos, pero el hecho de no dejar que sus hijos aprendan por ellos mismos a enfrentar los retos propios de la vida, va a impedir que se desarrollen con la fortaleza necesaria para crecer. Nuestros hijos tienen que saber que para lograr lo que desean, deben luchar y perseverar. La vida no es fácil y requiere que cada uno de nosotros sepa enfrentar las dificultades propias de la etapa que está experimentando.

Es la forma en que nosotros encaremos los retos que vivimos lo que va a marcar a nuestros hijos para que lo logren al crecer. Todo lo determina la actitud. No podemos elegir lo que sentimos, pero sí podemos decidir la forma en que vamos a reaccionar ante lo que nos ocurre. Es lo que nuestros hijos observan en nosotros lo que les permite aprender cómo encarar la vida y sus desafíos.

En esta última sesión, Sixto Porras hablará sobre el séptimo elemento: La adaptabilidad, es decir, nuestra capacidad como padres para estar preparados a responder ante los imprevistos, el estrés, las demandas y las presiones.



INTRODUCCIÓN: ADAPTARSE

Tome unos minutos para contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Qué cosas aprendió de sus padres sobre adaptarse a las situaciones difíciles?

2. ¿Qué momento adverso ha logrado superar o adaptarse?



EN LA PANTALLA: VEA Y DISCUTA LA SESIÓN SIETE

Después de ver el video, responda estas preguntas y comparta sus respuestas en grupo.

1. ¿Cuál es la reacción que mayormente ha visto su hijo en usted cuando algo no sale como lo ha esperado?

2. ¿Qué cosas desea enseñar a su hijo con la forma en la que usted maneja o se sobrepone ante la adversidad?

3. De las prácticas mencionadas por Sixto Porras, evalúe qué ejercicio es el que más ha puesto en práctica al criar a su hijo, y en cuál necesita ser más intencional, y por qué.

- a. Armonice su voluntad con la voluntad de Dios
- b. Ayúdele a establecer metas pequeñas y celebre los éxitos
- c. Aprender a ser flexible y creativo
- d. Pregúntese: ¿Hay otras maneras de ver esos resultados?
- e. Administre su "tanque emocional"
- f. No deje que las emociones ocupen el asiento del conductor de su vida

4. Del 1 (muy poco) al 5 (bastante), ¿qué tan hábil ha sido siendo un padre flexible? ¿Por qué?

1 2 3 4 5



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE DIOS: PROFUNDIZANDO EN LAS ESCRITURAS.

"Y no solo en esto, sino también en nuestros sufrimientos, porque sabemos que el sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia, entereza de carácter; la entereza de carácter, esperanza. Y esta esperanza no nos defrauda, porque Dios ha derramado su amor en nuestro corazón por el Espíritu Santo que nos ha dado." (Romanos 5:3-5, NVI)

1. ¿Qué nos habla este versículo sobre el fruto del sufrimiento?

2. ¿Cuál es la base que nos permite vivir el sufrimiento de esta forma?

3. ¿Qué puede estar impidiendo que usted deje una buena enseñanza a mis hijos sobre cómo atravesar y enfrentar la adversidad?



ACTIVIDAD DE CIERRE .

Complete las siguientes frases:

1. Aprendí sobre la crianza que _____

2. Aprendí sobre mi hijo que _____

3. Me sorprendí por _____

4. Me molesté por _____

5. Me gustaría saber más acerca _____

6. Una pregunta que todavía tengo es _____



ENFOQUE
A LA FAMILIA.®