



Independientemente de su estado civil, los niños merecen tener una relación sana, cariñosa con sus padres que están activamente involucrados en sus vidas. Los niños prosperan cuando saben que son amados por ambos padres!

Los padres, en una relación sana se sienten cómodos de expresarse, respetar las opiniones entre ellos mismos y pueden resolver los conflictos sin ira. Ambos padres necesitan comunicación honesta, abierta para el beneficio de sus hijos.

FUENTES DE INVESTIGACIÓN:

• NRFC Responsible Fatherhood Spotlight: Couple Relationship Quality and Co-Parenting. <http://1.usa.gov/1iqdOwg>





LOS BLOQUES DE CONSTRUCCIÓN DE UNA RELACIÓN SALUDABLE SON:

COMUNICACIÓN

PRACTICA EL ESCUCHAR ACTIVO. REPITA LO QUE SE HA DICHO EN SUS PROPIAS PALABRAS, ASEGÚRESE QUE ESCUCHÓ CORRECTAMENTE.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS SIN IRA

RESPECTUOSAMENTE RECONOZCA LOS SENTIMIENTOS Y OPINIONES DE LA OTRA PERSONA.

RECUERDE QUE DEBE DECIR "LO SIENTO"

EL PERDÓN Y LA COMPASIÓN SON PARA RESTAURAR.

NO SEÑALAR CON EL DEDO

ACEPTA LAS RESPONSABILIDADES PERSONALES EN LUGAR DE ASIGNAR LA CULPA.

REACCIONAR CON AMABILIDAD

LOS NIÑOS Y LOS PADRES RESPONDEN POSITIVAMENTE A LA BONDAD Y CORTESÍA.

FUENTES DE INVESTIGACIÓN:

- Center for Child and Family Policy, Duke University. <https://childandfamilypolicy.duke.edu/pdfs/pubpres/SupportingHealthyRelationships.pdf>
- National Resource Center for Healthy Marriage and Families. Encouraging effective coparenting in blended families. <http://tinyurl.com/coparenting-blended-families-p>
- KidsHealth.org, For Parents, Emotions & Behavior. <http://kidshealth.org/parent/emotions/>
- National Resource Center for Healthy Marriage and Families. www.healthymarriageandfamilies.org

