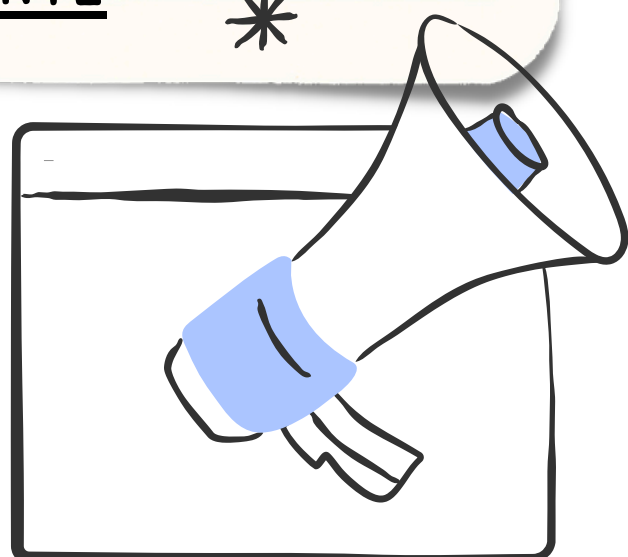


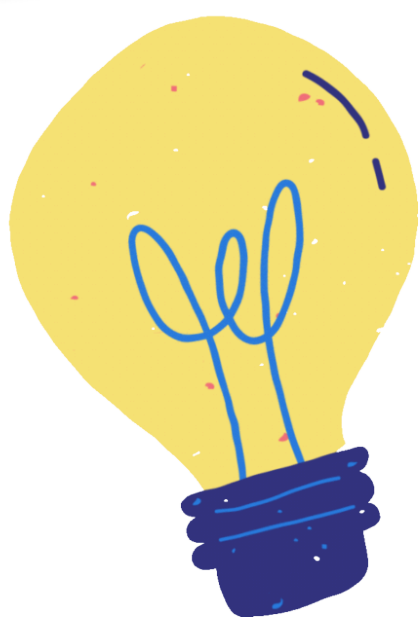


ENSEÑAR A PONER LÍMITES A NUESTROS HIJOS ES MUY IMPORTANTE



Fomentar la comunicación abierta y segura

- Crear un ambiente de confianza
- Fomentar la escucha activa
- Validar sus sentimientos
- Mantener conversaciones regulares



Enseñar habilidades de asertividad

- Ayudarlos a identificar y expresar sus necesidades
- Practicar como decir NO con juego de roles
- Enseñar lenguaje corporal con postura firme y contacto visual

Establecer límites claros y definidos

- Definir lo aceptable e inaceptable
- Diferenciar entre bromas amistosas y comportamientos hirientes
- Enseñar como alejarse cuando se cruzan los límites



Modelar comportamientos saludables

- Establecer límites propios
- Resolver conflictos con respeto y sin agresividad
- Promover el respeto mutuo y la amabilidad

Buscar apoyo externo cuando sea necesario

- Informar a los profesores sobre situaciones de acoso
- Recurrir a un profesional si hay dificultades persistentes

