

Resiliencia de los Padres



SEGUIRÉ TENIENDO VALOR DURANTE EL ESTRÉS O DESPUES DE UNA CRISIS (CORAJE)

Nadie puede eliminar el estrés de la crianza, pero la capacidad de un padre para la resiliencia puede afectar la manera en que maneja el estrés. La resiliencia es la capacidad para manejar y recuperarse de todo tipo de desafíos que surjan en la vida de cada familia. Significa encontrar maneras de resolver problemas, construir y sostener relaciones de confianza incluyendo la relación con su propio hijo y saber cómo buscar ayuda cuando sea necesario.

(Center for the Study of Social Policy)

¿En qué fortalezas confía para superar los momentos difíciles o una crisis?

Fortaleciendo Familias através de Conversaciones Significativas

