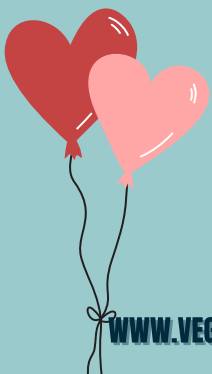




FAMILIA PRESENTE

CONVIVENCIA CONSCIENTE



[WWW.VEGATEA.ORG](http://www.vegatea.org)

15 mayo **LA** **Día Internacional** **FAMILIA**

RETO

Incentivar la reflexión sobre la importancia de las normas para una convivencia armónica.



Fortalecer la comunicación familiar como herramienta fundamental de apoyo a los niños y niñas con autismo.



Apostar por una crianza respetuosa e inclusiva desde la presencialidad y la práctica diaria



Vegatea

LA RESPONSABILIDAD DE LA FAMILIA: CUIDAR, PROTEGER Y EXPONER AL APRENDIZAJE



En ese proceso, es común caer en la sobreprotección, buscando evitar dificultades, aunque esto pueda limitar su crecimiento y autonomía.

ESTRATEGIAS PARA UNA CONVIVENCIA CONSCIENTE

- ✓ • **HABLA DE LAS EMOCIONES** EN CASA (ENOJO, TRISTEZA, ALEGRÍA, FRUSTRACIÓN)
- ✓ • RECONOCER LAS **DUDAS SIN CULPA** Y BUSCAR APOYO EMOCIONAL
- ✓ • DEDICA **TIEMPO A TU PAREJA** Y AL VÍNCULO ENTRE VOSOTROS
- ✓ • INVOLUCRA A LOS **HERMANOS** DE MANERA POSITIVA
- ✓ • CREA **MOMENTOS DE CONEXIÓN CONSCIENTE**, NO SOLO DE CUIDADO
- ✓ • RECONOCE TUS **PROPIOS LÍMITES** SER MADRE O PADRE NO ES PODER CON TODO.
- ✓ • PRACTICAR EL **AUTOCUIDADO** NO ES EGOÍSMO, ES UNA NECESIDAD DIARIA
- ✓ • **CELEBRA LOS LOGROS**, POR PEQUEÑOS QUE PAREZCAN

CONFÍA

EN SU CAPACIDAD

- NO LE HAGAS TODO, ENSÉÑALE CÓMO HACERLO.
- ACEPTA QUE EQUIVOCARSE TAMBIÉN ENSEÑA.
- REFUERZA SUS LOGROS, NO SUS MIEDOS.
- DALE OPCIONES PARA QUE ELIJA.
- FOMENTA SU INDEPENDENCIA PASO A PASO.



RECURSOS DE UTILIDAD



SERVICIOS AFINES



JUEGOS POPULARES. AUTISMO VIVO



EL FARO DE LAS ORCAS



GESTIÓN DE ADICCIONES A VIDEO JUEGOS



Vegatea

SERVICIO DE ATENCIÓN A FAMILIAS

WWW.ASTRADE.ES

RESPIRO FAMILIAR

WWW.APACV.ORG

ABORDAJE FAMILIAR DE NIÑOS CON AUTISMO

WWW.MENTALTESTLAB.COM