ORIENTACIONES PARA MEJORAR EL AMBIENTE FAMILIAR

- La casa en la que vive una familia es fundamental, pero su mantenimiento, orden y limpieza no deben ahogar las relaciones de los miembros que viven en ella por exceso de esfuerzo, falta de tiempo o agobio.
- Expresar nuestras **opiniones** sobre cómo valoramos determinados acontecimientos y pedir a los hijos que expresen las suyas.
- **Actuar de manera coherente.** Si decimos que respetar a los demás es básico, no debemos, por ejemplo, hablar de otra persona que no está presente faltándole al respeto.
- Cultiva la **paciencia** con tus hijos. Ayudará a que ellos sean más tolerantes y respetuosos con los demás.
- **Decirles a nuestros hijos y a nuestra pareja lo mucho que les queremos** y demostrarlo con nuestra actitud.
- **Alabar** aquellas cosas que nuestros hijos hagan bien. Esto les hace sentir mucho entusiasmo, bienestar y tranquilidad.
- **No decirles todo lo que hacen mal** en cada momento. Escoger aquellas cosas que han hecho mal y proponer algunas acciones para mejorarlas.
- Si cometes algún error, acostúmbrate a **pedir perdón a tus hijos**.
- No hagas bromas que puedan humillar a los hijos.
- No exageres sobre sus cualidades ni sobre sus defectos.
- **Escucha a tus hijos** con atención cuando te expliquen o pregunten algo.
- Muestra lo bien que te sientes al **disfrutar de la compañía** de tus hijos.
- Crea situaciones de **diversión familiar**: chistes, juegos, anécdotas, películas divertidas...