

# ¡EMPODERA A TUS HIJOS!

## ¿Cómo esto los protege?



Dirigida a: Padres  
de familia  
de primaria y  
secundaria

Por:  
Martha Alicia Chávez

A lo largo de su vida, tus hijos se enfrentarán a un sinnúmero de situaciones confusas o difíciles, que les requerirán la capacidad para discernir, para poner límites, para tomar decisiones, adaptarse al cambio, y elegir las acciones a tomar entre un abanico de alternativas. Equiparlos con las herramientas que se los faciliten, es uno de los más grandes regalos de amor que les puedes heredar.

### Temas a tratar:

- Qué significa “empoderar”
- Factores que conforman el empoderamiento
  - Autoconcepto
  - Fortalecimiento de la autoestima
  - Valores: disciplina, responsabilidad, integridad, tolerancia a la frustración
  - Desarrollo de habilidades para analizar, discernir y actuar en consecuencia
  - Enseñarles a manejar sus sentimientos
- Revisión de las proyecciones de los padres, que pueden intervenir en el proceso de empoderamiento
- Cómo el empoderamiento los protege