

# ¡MI HIJO TIENE MUCHO MIEDO!

El miedo es una respuesta normal de nuestras emociones para afrontar algún peligro que entendemos como inminente. Sigue estos consejos si tu hijo experimenta un miedo mayor de lo normal y ayúdale a enfrentarlo y vencerlo.

- No lo asustes con información que no necesita saber en este momento
- No te burles jamás de sus miedos, sólo los fortalecerás y lo harás sentir impotente
- Jamás lo ridiculices por sentir miedo. El miedo es una respuesta normal de todos
- No le crees mas miedo del que ya tiene. Busca la manera de minimizarlo
- No le trasfieras tus propios miedos, eso no lo ayudara, lo victimizara
- Fortalece su seguridad validando lo valiente que ha sido en otros momentos
- No le des demasiada importancia al miedo, dale importancia a tu hijo
- Nunca le ignores, háblale, abrázalo y dile que juntos lograran vencer el miedo



**¡Llámanos, en INSPIRA te queremos saludable!**

**(787)704-0705 / WWW.INSPIRAPR.COM**