

# Estilos Parentales



- Los estilos parentales influyen en la forma en que educamos
- No buscamos juzgar sino reflexionar
- La crianza es un proceso



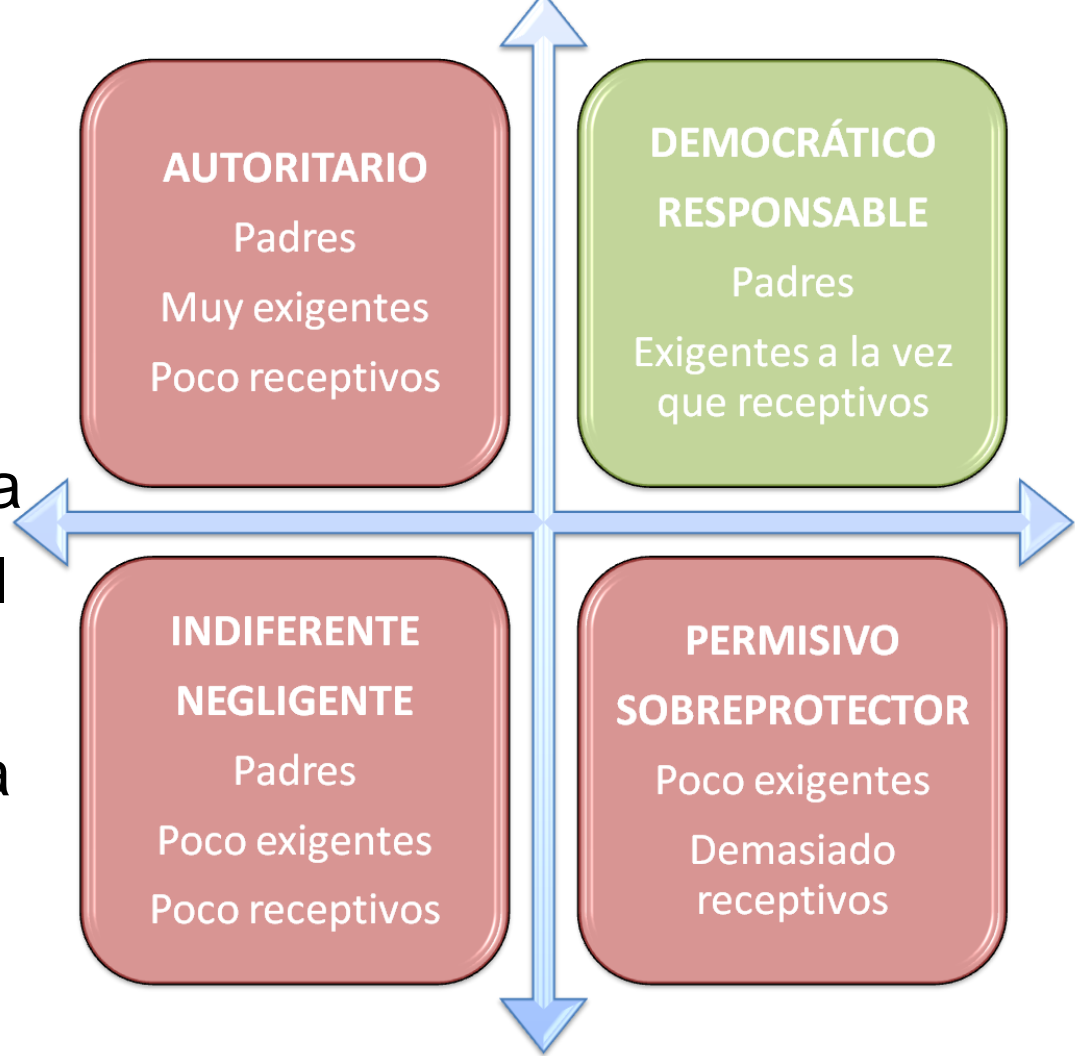
# Concepto

- Formas de educar y relacionarnos
- Basado en calidez y control
- Autores: Diana Baumrind, Maccoby & Martin



# Relevancia

- Influyen en autoestima
- Regulación emocional
- Relación con otros
- Autonomía y conducta



# Tipos de estilos parentales

---

La manera en que nuestros ancestros han vivido sus relaciones, han marcado una crianza específica, generación tras generación, se vuelve un patrón. Un comportamiento común que se repite a través de las persona y el tiempo.





# Autoritario

- Alta exigencia y baja calidez
- Obediencia por miedo
- Ansiedad, baja autoestima



# Permisivo

- Alta calidez, pocas reglas
- Impulsividad
- Poca tolerancia a la frustración



# Estilo negligente o indiferente



- Baja calidez y supervisión
- Inseguridad
- Problemas emocionales
- y de conducta



# Estilo democrático o asertivo

- Alta calidez + límites claros
- Mejor autoestima
- Autonomía y responsabilidad



# Influencias y factores que afectan el estilo parental

- Cómo fuimos educados nosotros
- Estrés, trabajo, cansancio
- Cultura y creencias familiares
- Presión social
- Falta de información o modelos positivos



# Estrategias para mejorar los estilos parentales y los impactos a largo plazo





- Modelar autocontrol
- Validar emociones
- Consistencia
- Tiempo especial diario
- Reglas claras
- Opciones dentro de límites
- Validar emociones

## Impacto

- Resiliencia
- Relaciones sanas
- Autonomía
- Bienestar emocional





# Conclusiones

- No existen papás perfectos, pero sí papás **conscientes**.
- Los estilos parentales influyen profundamente en el desarrollo emocional y social de los niños.
- El estilo democrático/asertivo es el que más favorece la independencia, la seguridad y la responsabilidad.
- Pequeños ajustes diarios hacen una enorme diferencia.
- La crianza es un camino: podemos aprender, mejorar y crecer junto con nuestros hijos.





<https://www.facebook.com/mamashcurriculo>

*¡Gracias por formar parte de nuestra comunidad!*