

ESTILOS PARENTALES



¿QUÉ TIPO DE PADRE, MADRE O CUIDADOR SOY?

Para saber que tipo de padre, madre o cuidador soy, te invitamos a llenar este test de estilos parentales y a reflexionar sobre las preguntas de la tabla “¿Dónde centro mi crianza?”

EXISTEN TRES ESTILOS DE PADRES Y MADRES: Autoritario, Democrático o Permisivo, ¿cuál eres tú?

Con esta herramienta, aprenderemos a identificar qué tipo de padre/madre somos la mayor parte del tiempo.

¿Cuáles de las siguientes frases son las que más usas con tu hijo? Marca con una (x) y podrás conocer cuál es tu estilo.



PADRE/MADRE AUTORITARIO

- ¡En esta casa se hace lo que yo diga y punto!
- ¿Y quién te dijo que te estoy preguntando?
- ¿Desde cuándo los pájaros tirándole a las escopetas?
- ¡Siempre quieres hacer lo te da la gana y NO lo vas hacer!
- ¡Si no me obedeces te castigo!

¿Qué otras cosas digo yo cuando soy una padre/madre tipo autoritario/a?

PADRE/MADRE PERMISIVO

- Dime qué quieres y lo hacemos.
- Puedes hacer lo que quieras.
- No importa, no tienes que hacerlo, yo te lo hago.
- ¡Ay, déjalo que él no sabe!
- No importa que no recoja ni ayude porque está muy chiquito.

¿Qué otras cosas digo yo cuando soy un padre/madre tipo permisivo/a?

PADRE/MADRE DEMOCRÁTICO

- Cuéntame por qué no pudiste hacerlo y yo te ayudo.
- A mí también me da rabia cuando algo no me sale.
- ¿Qué se te ocurre a ti que podemos hacer?
- Ahora que te calmes, hablamos.
- Tan pronto recojas tus juguetes podemos irnos.
- Cuando gritas, no logro entenderte bien. Háblame suave para entenderte.

¿Qué otras cosas digo yo cuando soy una padre/madre tipo democrático/a?

Cualquiera que sea tu estilo dominante, siempre tienes la oportunidad de dar el paso que te acerque más a tus hijos.

