

Do you have Emotional Intimacy with your kids?

At about the age of four or five, kids can enter into attachment. They become capable of engaging, soft expressions of feelings. They want to give their heart away, here is the beginning of emotional intimacy. They are yearning for a “forever” relationship. They want to hold on to us forever and want us to hold on to them.

How to do it?

- As a parent you nourish attachment root with our teenagers by making it safe for them to express their emotions to you.
- “Children need to become comfortable experiencing the full dispose of their emotions, because their emotions help them become integrated human beings. Emotions are not something to fear, avoid, or to eradicate.”
- Guide our teens in expressing their emotions respectfully, never shame them for having emotions.
- Help our teens to identify the virtue missing in appropriate emotional expressions and teach them to use their emotions for good.
- They will mess up a lot, like we do. We can all begin again.
- When our kids are attached to us at heart, they can hold on to us through arguments, illness, and all types of serious separation.

Do it. Take a picture & send to your daughter and son.

Do you have Emotional Intimacy with your kids?

Aproximadamente a la edad de cuatro o cinco años, los niños pueden entrar en apego. Se vuelven capaces de cautivar, suaves expresiones de sentimientos. Quieren regalar su corazón, este es el comienzo de la intimidad emocional. Están anhelando una relación “para siempre”. Quieren aferrarse a nosotros para siempre y quieren que nos aferremos a ellos.

¿Cómo hacerlo?

Como padre, usted nutre la raíz del apego con nuestros adolescentes al hacer que sea seguro para ellos expresarle sus emociones.

“Los niños necesitan sentirse cómodos experimentando la disposición total de sus emociones, porque sus emociones les ayudan a convertirse en seres humanos integrados. Las emociones no son algo para temer, evitar o erradicar”.

Guíe a nuestros adolescentes para que expresen sus emociones con respeto, nunca los avergüence por tener emociones.

Ayude a nuestros adolescentes a identificar la virtud que falta en las expresiones emocionales apropiadas y enséñeles a usar sus emociones para el bien.

Todos podemos empezar de nuevo.

Cuando nuestros hijos están apegados a nosotros de corazón, pueden aferrarse a nosotros a través de discusiones, enfermedades y todo tipo de separaciones graves. Prueba todo esto, Tome una foto y envíela a su hija o hijo.

*Kim Cameron-Smith (Catholic Author & Mom)
From her book, “Rooting Your Teen in the Faith.”*