

# Invite, Don't Force / Invitar, No Forzar

## Helping Your Child Engage with Support / Ayudando a su Hijo a Participar con Apoyo

When children feel down, pressure can make them shut down more. Gentle invitations help them feel safe and more willing to engage.

*Cuando los niños se sienten mal, la presión puede hacer que se cierren más. Las invitaciones suaves les ayudan a sentirse seguros y más dispuestos a participar.*

### Step 1: Notice the difference / Paso 1: Note la diferencia

#### Forcing (Presionando):

- “You need to do this.”
- “Go do your homework now.”
- “Stop acting like that.”

#### Inviting (Invitando):

- “I know this is hard... want to try together?”
- “Let's do a small part first.”
- “I'm here with you.”

### Step 2: Key reminders / Recordatorios importantes

- Stay calm
  - Keep it simple
  - Do it with your child
  - Small steps matter
- 
- Mantenga la calma
  - Manténgalo simple
  - Hágalo con su hijo
  - Los pasos pequeños importan

**Step 3: Practice shifting your language / Paso 2: Practique cambiar su lenguaje**

**English:** Rewrite the “forcing” statements into inviting ones.

**Español:** Reescriba las frases de presión en invitaciones.

1. “You need to clean your room.”/ “Necesitas limpiar tu cuarto”

→

---

2. “Go outside.” “Ve afuera”

→

---

3. “Do your homework.” “Haz tu tarea”

→

---

**Step 4: Create your own invitation / Paso 3: Cree su propia invitación**

Think of a moment when your child is struggling. What could you say to invite instead of force?

*Piense en un momento en que su hijo está teniendo dificultades. ¿Qué podría decir para invitar en lugar de presionar?*

Write your response / Escriba su respuesta:

---

---

---

**Final Thought / Pensamiento Final**

Connection opens the door. Invitations help children walk through it.

La conexión abre la puerta. Las invitaciones ayudan a los niños a cruzarla.