



LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA



La comunicación es el medio por el cual los seres humanos manifestamos lo que queremos, sentimos y pensamos.

Es importante que exista comunicación en una familia; porque, contribuye a crear un clima de confianza y seguridad. Asimismo, es fundamental para su sano desarrollo y crecimiento. Si la comunicación es efectiva, los niños y niñas se sienten comprendidos, su autoestima mejora y sus habilidades sociales también.

A continuación, les brindamos recomendaciones que mejorarán el clima familiar y facilitará la comunicación y la confianza entre niños y adultos.



INICIAL

1. Saber Escuchar. Si el niño percibe que está siendo escuchado, se sentirá atendido.

- Míralo a los ojos.
- Asiente mientras te habla.
- Abandona lo que estés haciendo y presta toda la atención a lo que te dice.
- No interrumpas cuando hablen, espera que termine para hablar.
- Sonríe cuando sea oportuno.

2. Comunicación no verbal. Implica una comunicación más reflexiva, que va más allá del contenido literal y alcanza el contenido emocional.

- Observa los gestos, miradas y movimientos.
- Cuida tus gestos, trata de mostrar actitud positiva (abre los brazos, mira a los ojos).



3. Hablar

- Antes de hablar reflexiona. Recuerda cuando tenías su edad y ponte en su lugar. Reflexiona tus palabras.
- Habla con ellos y no a ellos; es decir, no centres en ti la comunicación.
- Haz preguntas abiertas (las que no se responden con un sí o un no), como cuéntame... ¿Qué piensas de...?
- Responde clara y directamente a sus preguntas.
- Utiliza los mensajes YO en lugar de los mensajes TÚ. En lugar de decir tú te portas mal...prueba a decir "Yo me siento preocupado por..."
- Da importancia a lo positivo, intenta usar palabras positivas como bien, genial, adelante.
- Evita ordenar, rechazar, mandar, criticar o juzgar.

PRIMARIA



1) Tener cuidado con lo que dice: se debe ser conscientes de que nuestras palabras tienen mucho poder en las personas, a veces incluso más que la fuerza, por lo que si no se usan de forma adecuada podemos hacer mucho daño.

2) Evitar prejuizar: Muchas veces encasillamos a los demás antes de darles la oportunidad de hablar o de actuar. Solemos juzgar y etiquetar prematuramente. En el caso de los niños, esto puede condicionar su comportamiento y producirles heridas que pueden quedar abiertas durante muchos años si no cicatrizan a tiempo.

3) No limitar su capacidad: Solemos olvidar que una persona desarrolla su autoconcepto en función de las expectativas que se depositan sobre ella. Si desde pequeño transmitimos la incapacidad a hacer algo, es muy probable que acabe pensando que no lo puede hacer.



4) Ayudarlo a desarrollar su imaginación: Este punto requiere un cierto aprendizaje. No podemos pedirles, si nunca lo han hecho y nosotros no les hemos enseñado, que lo hagan de la noche a la mañana. Para ello, desde pequeños, debemos enseñarles a enfrentarse a sus obligaciones como si fuera un juego, algo divertido.

5) Incentivar la curiosidad por las cosas: Si favorecemos el aprendizaje a través de un ambiente estimulante, que nos resulte atractivo, interesante, etc. es más probable que quiera aprender. Para ello, debemos implicarnos en la actividad y transmitirles de una forma activa y con entusiasmo, que son ellos quienes deben resolver la cuestión, los que deben pensar razonadamente. Solo así, conseguiremos que se involucren en lo que les estamos pidiendo.

6) Mostrarle empatía: Hay en ciertas etapas que los niños y adolescentes se muestran disconformes en muchas situaciones. Dedicar un cierto tiempo a comprenderlos y entenderlos es imprescindible para solucionar posibles conflictos.

7) Practicar la escucha activa: No debemos olvidar que en estas etapas tienen una necesidad inmensa de ser y sentirse escuchados. Debemos demostrarles que realmente lo estamos escuchando y que nos interesa lo que nos tienen que contar. Darles conversación, escucharlos, interesarnos por lo que les pasa, por lo que les gusta, es fundamental.



Referencias

http://www.cursosinea.conevyt.org.mx/cursos/edu_hijos/contenido/libro/enhu3/enhu3t3.htm

<https://www.hacerfamilia.com/ninos/comunicacion-nino-anos-mejorarla-20180819182941.html>

<https://www.terapia-infantil.es/2018/06/12/las-5-reglas-para-mejorar-la-comunicaci%C3%B3n-en-ni%C3%B1os-con-trastornos-del-neurodesarrollo/>