

## Consejos de Comunicación para Padres y Cuidadores

Centro de Defensa Infantil de Denver



“Tú nunca me escuchas” es una queja escuchada tan a menudo de padres como de hijos. Una Buena comunicación ayuda a hijos y a padres a desarrollar confianza, sentimientos de autoestima y relaciones positivas con los demás. Intenta estos consejos para ayudarte con la comunicación con tus hijos:

- Enséñales a los niños a escuchar...toca al niño gentilmente antes de hablar y di su nombre.
- Habla en voz baja...susurra a veces para que los niños tengan que escuchar...a ellos les gusta esto.
- Mira los niños en los ojos para que sepas cuando están entendiendo...dóblate o siéntate para que estés a su altura.
- Practica escuchar y hablar...habla con tu familia sobre lo que ves en la televisión, escuchas en la radio o ves en el parque o en la tienda...habla con tus hijos sobre la escuela y sus amigos.
- Respeta a los niños y usa un tono de voz cortés...si hablamos a los niños como les hablamos a nuestros amigos, nuestros pequeños estarán más inclinados a que seamos sus confidentes.
- Atrapa a los niños cuando se están portando bien...alábalos por cooperar contigo o con sus hermanos, o por hacer esas pequeñas cosas que son tan fáciles de pasar por alto.
- Usa rompehielos que inviten a los niños a decir más sobre un incidente o sobre sus sentimientos: “Ya veo”, “Oh”, “Dime más”, “En serio?”, “De verdad?”, “Mmmhmmm”, “Repítame eso, quiero estar seguro de que te entiendo.”
- El elogio edifica la confianza y la comunicación de un niño...las palabras crueles destruyen a los niños y les enseñan que no son lo suficientemente buenos.
- Los niños nunca son muy grandes para decirles que son amados. Decirles que los amas es muy importante...escríbelo en un papelito de manera que ellos puedan quedarse con el.
- Presta completa atención a tu niño cuando desea hablar contigo. No leas, veas televisión, duermas o te ocupes con otras tareas.