

The background is a gradient of blue, with decorative white circuit-like lines in the corners. The text is centered and reads:

SEMINARIO
LA COMUNICACIÓN POSITIVA CON NUESTROS
HIJOS

FACILITADORA:
DALVIS GONZÁLEZ ROMERO

OBJETIVO

- Facilitar el desarrollo de un clima familiar positivo así como también promover la resolución de conflictos.

LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

- Es fundamental para el desarrollo emocional, social y cognitivo de los niños. Una comunicación efectiva ayuda a construir una relación sólida y de confianza, fomenta la resolución de conflictos.

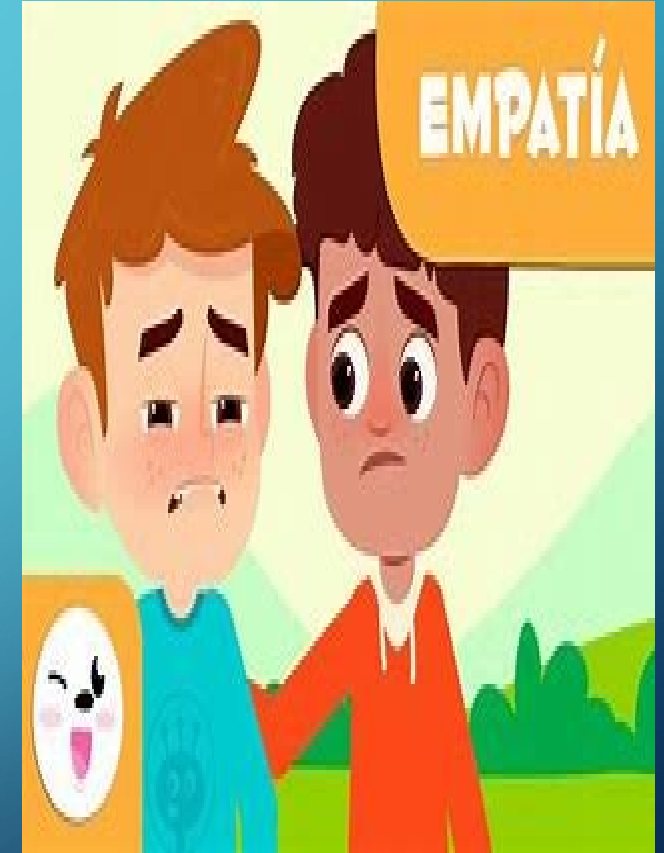
ESCUCHA ACTIVA

- **Presta atención completa cuando tu hijo te hable**
- **Evita interrumpir y deja que termine de expresar sus ideas**
- **Haz preguntas abiertas que fomenten la conversación**



EMPATÍA

- Intenta entender los sentimientos y perspectivas de tu hijo
- Valida sus emociones, aunque no siempre estés de acuerdo



COMUNICACIÓN ASERTIVA

- Expresa tus pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa
- Usa el “yo” en lugar del “tu” para evitar que tu hijo se sienta acusado (Por ejemplo “Yo siento” en lugar de “Tu siempre”)



TIEMPO DE CALIDAD

- Dedicar tiempo exclusivo para hablar y compartir actividades con tu hijo
- Crear rutinas diarias que incluyan momentos de comunicación, como durante las comidas o antes de dormir



EVITA LA CRÍTICA DESTRUCTIVA

- En lugar de criticar, enfócate en ofrecer retroalimentación constructiva
- Señala comportamientos específicos en lugar de hacer generalizaciones de su personalidad.



MODELAR BUENAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

- Los niños aprenden observando a sus padres.
Sé un buen modelo de comunicación respetuosa y abierta.



RESOLVER CONFLICTOS DE MANERA POSITIVA

- Aborda los conflictos como oportunidades para aprender y crecer juntos
- Trabaja en conjunto para encontrar soluciones aceptables para ambos.



FOMENTAR LA AUTONOMÍA

- Permite que tu hijo exprese sus opiniones y tome sus decisiones apropiadas para su edad
- Esto ayuda a desarrollar su confianza y habilidades de toma de decisiones



USAR LENGUAJE CORPORAL POSITIVO

- Mantén contacto visual, sonreí y asiente con la cabeza para mostrar que estas comprometido en la conversación.
- El lenguaje corporal congruente refuerza las palabras y muestra sinceridad



