

ORIENTACIONES DE LA CHARLA

- **Decir las cosas siempre de forma positiva.** Estamos acostumbrados a usar un lenguaje de tinte negativo, a comenzar nuestras frases con un no, por ejemplo, “no grites”
¿qué tal si decimos: “intenta hablar más bajito”?
- **Crear un clima emocional que facilite el dialogo.** La comunicación debe llevarse a cabo en un ambiente democrático y de convivencia. Ello facilitará la canalización de la agresividad y la resolución de conflictos de forma asertiva.
- **Escucha con atención e interés.** Hay personas que dan sus opiniones, sin escuchar a los demás. Produce **indiferencia** del otro hacia él y acaba por perder la motivación por la conversación.
- No recurrir a las **amenazas**, no resulta una estrategia productiva si no facilitadora de conflictos.
- **Pedir la opinión de los hijos.** Los adultos debemos dejar la posibilidad de réplica. La predisposición a escuchar el argumento del otro y admitir que puede no coincidir con el propio.
- **Ponernos en el lugar del otro.** Sé empático a la hora de hablar con tus hijos y entiende que pueden tener otros puntos de vista.
- **Dar mensajes consistentes y no contradictorios.** Como padres o madres, debemos aprender la habilidad de realizar peticiones de manera directa y que no sea contradictoria.
- Obedecer a la regla de que “ **Todo lo que se diga se cumple**”. Ser coherentes con lo que decimos y hacemos.
- **Expresar y compartir sentimientos**, sin decir todo lo que piensas, solo lo necesario.
- **Ser claro** a la hora de pedir algo y no andar con rodeos. Aprende a decir que no puedes cumplir.
- **Preguntar es interesarse.** Abusar lo convierte en desconfianza.
- **Mostrar disponibilidad** para hablar y escuchar. Es mejor decir ahora no puedo que estar a medias.
- **No supongas** lo que tu hijo piensa, comprueba y verifica.
- **Si usas el castigo que sea razonado** y establécelo con anterioridad.

