



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
[www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org)

Para obtener material adicional del Programa de Educación para la Familia de CHS, llame al (714) 712-7888. Para obtener más información sobre los Programas de Educación y Aprendizaje Temprano de CHS llame al (888) CHS-4KIDS.

Los materiales y la redifusión multimedia del Programa de Educación para la Familia y la información sobre los programas de CHS también se pueden encontrar en nuestra página web [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org).



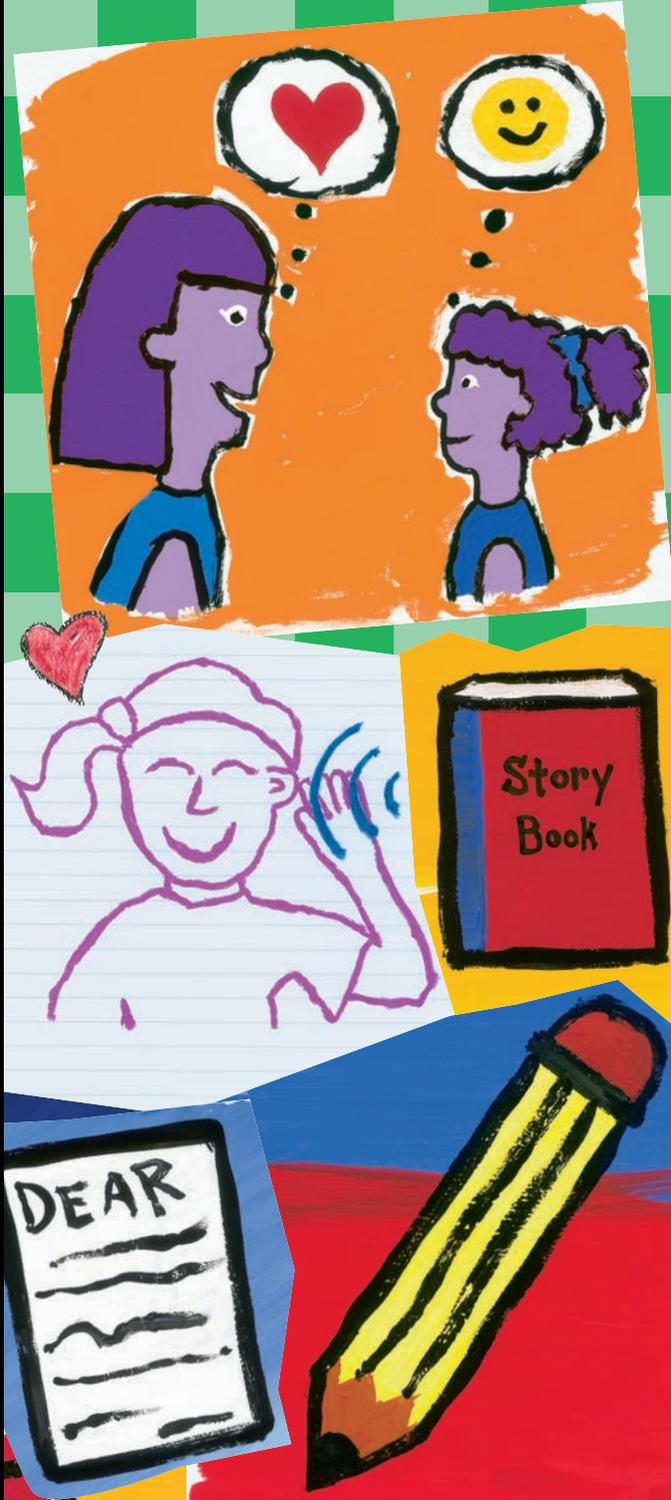
#### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

©2017 Children's Home Society of California

# COMUNICACIÓN

COMUNICACIÓN POSITIVA CON SU HIJO



C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A

La comunicación tiene que ver con la expresión de sus pensamientos, sentimientos e ideas. Escuchar es una parte esencial de la comunicación positiva. Con los niños, la comunicación positiva puede ayudarles a sentirse cómodos hablando en forma abierta sobre sus pensamientos y sentimientos. También pueden aprender a respetar las opiniones, los sentimientos y los pensamientos de otras personas. Como padres y proveedores de cuidado infantil, deben dar pasos importantes para desarrollar una comunicación sana con sus niños.



Se necesitan varios elementos para desarrollar habilidades de comunicación sana: Tener una actitud afectuosa, escuchar y entender lo que se está diciendo. Su hijo puede aprender a ser un comunicador positivo a través de su ejemplo. Al practicar las habilidades de comunicación positiva, los niños pueden crecer para convertirse en personas responsables y consideradas.



### ★ CONSEJOS PARA UNA COMUNICACIÓN SANA

Los padres y los cuidadores pueden ayudar a los niños a compartir sus dudas, pensamientos, sentimientos e ideas en una forma positiva y adecuada como:

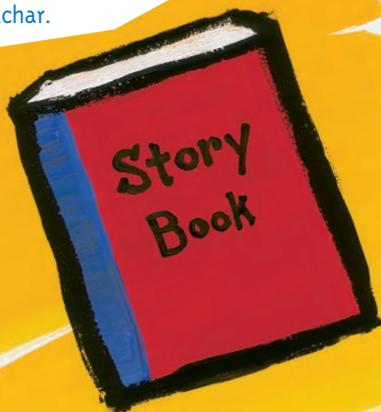
- Escuchando con paciencia: Su hijo puede no entender su propio comportamiento o el comportamiento adecuado que se espera. Ayúdelo a entender escuchando lo que dice antes de corregirlo o disciplinarlo.
- Aclarando: Repítale a su hijo lo que dijo. Verifique si le entendió correctamente. Esto ayudará a que su hijo sienta que le está escuchando.
- Permitiendo a los niños que resuelvan sus propios problemas: Guíe gentilmente a su hijo a descubrir sus propias soluciones reconociendo sus pensamientos y sus acciones. Responda con respuestas breves, como por ejemplo "Sí" o "¿De verdad?" Esto alentará a su hijo a expresar las emociones con palabras y a encontrar soluciones a sus problemas. Hacerle a su hijo preguntas abiertas también le ayuda a encontrar las respuestas, por ejemplo, "¿Cómo te sentirías si eso te sucediera a ti?"
- Hablando con un tono calmado y respetuoso: Esto le ayudará a su hijo a aprender a escuchar y hablar adecuadamente. Una voz alta y fuerte puede hacer que su hijo se asuste o se enoje demasiado como para escuchar.

- Eligiendo los mejores momentos para hablar sobre temas importantes: Si su hijo tiene hambre o está cansado, le puede resultar difícil escuchar o controlar sus emociones.
- Usando un lenguaje positivo: Evite las expresiones negativas, como por ejemplo, "No me importa lo que dices," o "Nunca haces lo que te pido."
- Concentrándose en el comportamiento, no en la persona: En vez de decir "Eres un niño malo porque nunca guardas tus juguetes," dígame "Si no guardas tus juguetes esto es un gran desorden."
- Siendo específico con las instrucciones: Esto reducirá la oportunidad de que su hijo cometa errores y su frustración. Por ejemplo, en vez de decir "Limpia tu habitación," dígame "Por favor, toma tus libros y colócalos en el estante que está en tu habitación."
- Haciendo un juego de roles: Si su hijo tiene dificultad de entender por qué está siendo disciplinado, puede hacer un juego de roles para ayudarlo a ver la situación desde una perspectiva distinta. Por ejemplo, si su hijo le pega a otro niño, use marionetas u otros juguetes para "repetir" la situación.

Enséñele a su hijo que está bien no estar de acuerdo y cuál es la forma adecuada de expresar sus opiniones.

Sea consciente de sus propias emociones y ayude a su hijo a expresar las suyas con palabras en vez de acciones hostiles contra usted u otras personas.

Comuníquese a sus hijos, con palabras y acciones, que los ama.



## ★ OPORTUNIDADES PARA COMUNICARSE

Como padre y proveedor de cuidado infantil, debe crear oportunidades para comunicarse con sus hijos e involucrarse en sus vidas diarias:

- Leyendo con los niños. Hágales preguntas sobre la historia y sobre cómo manejarían una situación específica en la historia.
- Involucrándose en la escuela, asistiendo a eventos importantes en la escuela, como por ejemplo reuniones de padres y maestros, funciones artísticas o eventos deportivos; ofreciéndose como voluntario para acompañarlos a excursiones o ayudándolo con proyectos escolares.
- Haciendo preguntas abiertas sobre actividades diarias para que su hijo responda con más palabras que "sí" y "no." Por ejemplo, "¿Qué hicieron tú y tus amigos durante el recreo hoy?" o "¿Qué fue lo que más te gustó de la cena de hoy?"
- Teniendo noches, salidas y viajes familiares con el propósito de pasar tiempo juntos.
- Haciéndose tiempo para jugar con sus hijos.
- Programando reuniones familiares semanales o mensuales para compartir información y discutir temas familiares importantes.
- Involucrándose con los proyectos escolares u ofreciéndose como voluntario para acompañarlos a eventos escolares.
- Comiendo juntos cada vez que sea posible y dando a cada miembro de la familia la oportunidad para hablar sobre su día.

**Escuche a su hijo hablar sin interrumpirle, juzgarle ni criticarle. Permita que su hijo se exprese completamente.**



## ★ COMUNICACIÓN CON NIÑOS MÁS CHICOS

A medida que su infante o niño pequeño comience a formar palabras y frases, usted puede desarrollar una comunicación positiva con su hijo:

- Sosteniendo a su hijo cerca de usted cuando usted habla.
- Manteniendo contacto visual.
- Usando una voz suave y relajante.
- Hablando claramente.

## ★ EFECTOS A LARGO PLAZO

La práctica de habilidades de comunicación sana con sus hijos tendrá efectos positivos en sus vidas al:

- Alentarles a una relación abierta, permitiéndoles saber que pueden hablar con usted cuando están asustados o enojados.
- Cultivar hijos responsables e independientes, enseñándoles a pensar sobre las opciones y las consecuencias de sus acciones.
- Desarrollar su confianza para expresarse.
- Ayudarles a desarrollar habilidades para llevarse bien con los demás.



**A pesar de que los niños deben ser alentados para comunicarse con sus propios pensamientos y sentimientos, es importante para los padres protegerlos y hablar en su nombre cuando se los daña. Los niños desarrollarán la confianza para hablar por sí mismos.**

## PARA APRENDER MÁS

### LIBROS PARA NIÑOS

**ASÍ ME SIENTO YO**

Janan Cain

**WHAT MAKES ME HAPPY?**

Catherine & Laurence Anholt

**LOTS OF FEELINGS**

Shelley Rotner

### LIBROS PARA ADULTOS

**BECOMING THE PARENT YOU WANT TO BE**

Laura Davis & Janis Keyser

**CÓMO HABLAR PARA QUE LOS NIÑOS ESCHUCHEN Y CÓMO ESCUCHAR PARA QUE LOS NIÑOS HABLEN**

Adele Faber & Elaine Mazlish