

RECOMENDACIONES PARA COMUNICARTE CON TUS HIJOS E HIJAS



Busca el momento más adecuado para conversar con tus hijos e hijas. A veces hay que esperar hasta que estén dispuestos a hacerlo.

Escucha con atención e interés genuino lo que tus hijos e hijas quieren decir. Trata de no juzgarles o interrumpirles. Y no pierdas la oportunidad de brindarles tu afecto ya sea con gestos, palabras o actos.



Expresa con claridad y respeto tus dudas, sentimientos y opiniones; toma en cuenta la edad de tus hijos e hijas. Compartir de forma honesta tu sentir y pensar contribuirá a crear un clima de confianza que les permita expresarse con libertad.

Crea más espacios de conversación en casa. Interésate por los gustos y preferencias de tus hijos e hijas. Para ello podrías preguntarte ¿Sobre qué temas les gusta hablar? ¿Qué les gusta hacer en casa? o ¿Qué extrañan hacer?.



Recuerda: Tus hijos e hijas no siempre querrán hablar contigo cuándo se los pides. No les fuerces, espera el momento adecuado y principalmente hazle saber que cuenta contigo.