

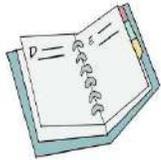
EL CAMÍNO
para
llegar a tí...



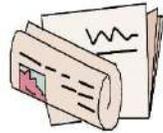
Dinámica

Comunicación CELULAR

LAS REDES SOCIALES ANTES DE INTERNET



FACEBOOK



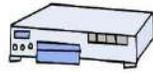
TWITTER



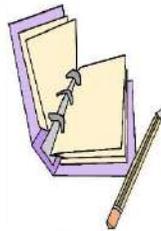
INSTAGRAM



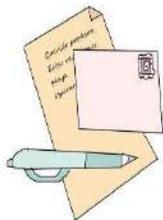
PINTEREST



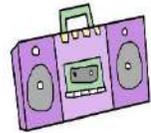
YOUTUBE



BLOGS



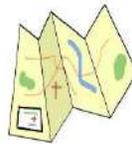
EMAILS



SPOTIFY



SKYPE



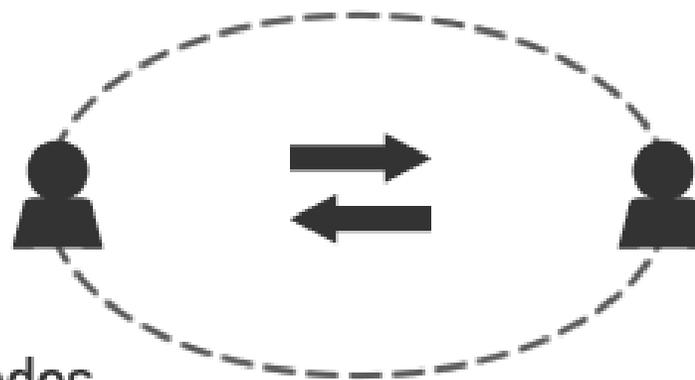
FOURSQUARE



Navegar menos y comunicar más

¿Qué es Comunicación?

Es el PROCESO en el que el EMISOR y el RECEPTOR establecen una CONEXIÓN en un MOMENTO y ESPACIO determinados para TRANSMITIR, INTERCAMBIAR o COMPARTIR IDEAS, INFORMACIÓN o SIGNIFICADOS que sean COMPENSIBLES para ambos.





Descubramos juntos cuales son los elementos para una buena comunicación. . . (Actividad Grupal)



Canal



*¿Cuales serán los elementos necesarios para una buena comunicación con nuestros hijos cuando ellos pasan por el periodo de la **PUBERTAD**?*



PUBERTAD



Periodo entre los 10 y 14 años en las mujeres y los 12 y 16 en los varones.

Se manifiesta a través de cambios físico y psicológicos, que pueden ser tanto intelectuales, emocionales o sociales.

Cambios Emocionales



Adaptación lenta a los cambios que experimentan

Falta de Seguridad e incomodidad

Buscan aprobación social

Búsqueda de la identidad

Razonan de manera mas abstracta

Conflicto entre independencia/dependencia

Cambios de humor.
Intensos/Extremos

Canal

Lugar

Contacto visual

Receptor

Emisor

Gestos

Situación



Momento

Objetivo

Emoción/
sentimientos

PACIENCIA

Confianza

MENSAJE

Aceptación



Sugerencias

Comunicación

Efectiva

Saber Observar



La comunicación verbal es tan importante como la no verbal.

1. Identificar la EMOCIÓN

- ❖ Iniciar la conversación sin presionar
- ❖ Darle su espacio si es necesario.
- ❖ No hacer suposiciones.

2. Tratar de encontrar el momento para hablar.

- ❖ Esperar sin desesperar
- ❖ Crear un ambiente grato

Comenzar una conversación



Preguntas que no induzcan a **respuestas cerradas** o muy simples.

¿Te fue bien en el colegio?

- “Cuéntame dos cosas que hayas hecho hoy en el colegio”
- “¿Cómo estuvo el día de una escala del 1 al 10?”
- “¿Qué fue lo mejor del día?”

Preguntar lo que ellos quisieran contarles.

Iniciar la conversación contándoles primero como fue su día.

- ❖ **NO CUESTIONAR**
- ❖ *Mantenerse interesado*
- ❖ *Mantener la calma*
- ❖ *A veces será necesario reorientar la conversación.*
- ❖ *No queramos controlar todo.*
- ❖ **NO TOMARLO PERSONAL**

Disponerse a escuchar

- ✓ Prestar atención
- ✓ Escuchar realmente
- ✓ NO interrumpir
- ✓ Hablar para **COMPRENDER** y no para responder.
- ✓ Ponerse en el lugar del OTRO
- ✓ No enjuiciar y prejuizar (no hacer suposiciones)

- ❖ *Contacto Visual*
- ❖ *Actitud emocional abierta (no todo lo que se escucha será de su agrado).*
- ❖ *Orientar más no dar soluciones.*
- ❖ *A veces no es necesario el contacto visual, puede causar incomodidad.*



Responder



Cuando los niños nos expresan emociones y sentimientos:

- Acogerlos en forma cálida.
- No dar consejos cada vez que su hijo hable.
- Responder con *gestos* (sonríale, tómele la mano, acarícielo).
- ❖ No estar en la defensiva.
- ❖ Actitud de calma

Responder



❖ Frases que abren la comunicación

“Cuéntame más” “dime, te escucho”,
“quieres decir algo más”.

❖ Frases de escucha

“entiendo que te sientas así”, “me interesa
lo que me dices porque”.

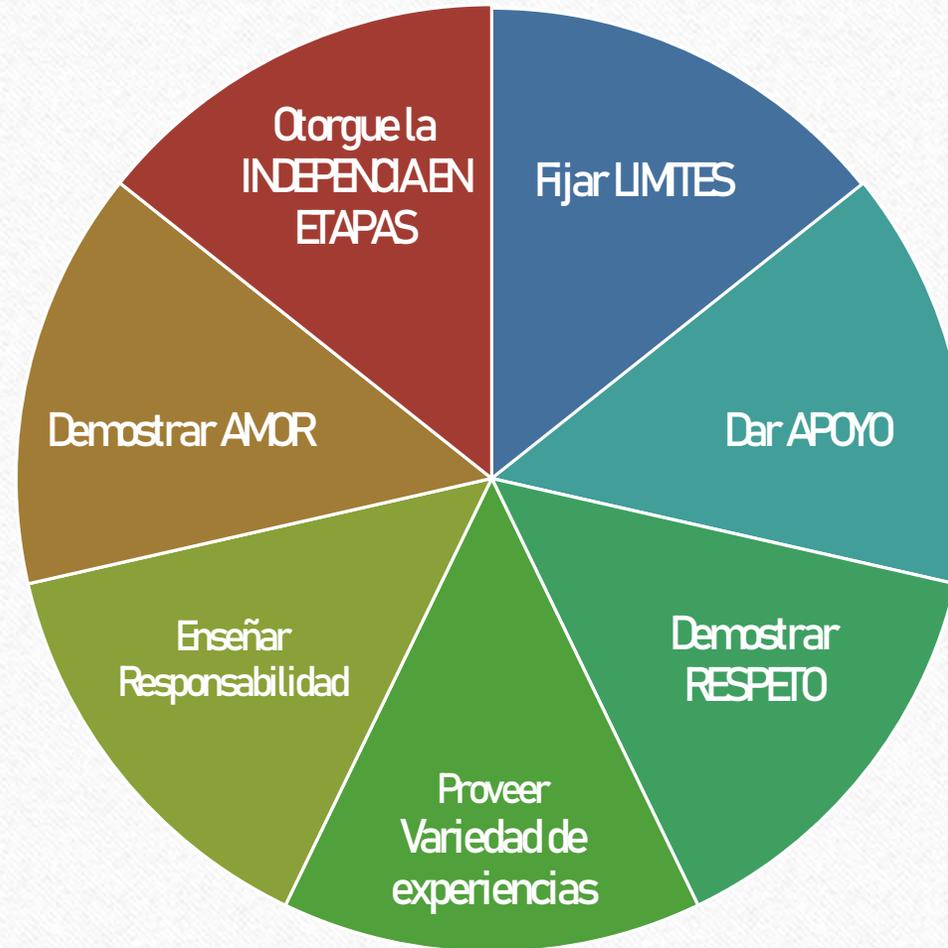
❖ Dar Apoyo pero no soluciones

“Realmente es complicado” “entiendo
porque estas enojado” “Cuentas conmigo
si necesitas algo o si quieres seguir
hablando de esto”.

Haga actividades con sus hijos

Una buena comunicación con los hijos depende de una buena relación previa y para ello es necesario **TIEMPO**.





Trabajo Grupal

**¿CUÁL HA SIDO TU MAYOR
RETO COMUNICATIVO CON
TU HIJO?**

Buscaremos al ganador del grupo

*Propuestas de
Actividades*



Confía en mí



(CREATE YOUR OWN GRATITUDE JAR)

Frasco de la Gratitude



Mensajes



Álbum de Familia



Jugar



1. *Comida Familiar*



2. *Rutina para dormir*



3. *Compartir tiempo ordinario*



4. *Crear tiempo especial*



5. *Demuestre afecto*



6. *Involúcrese*

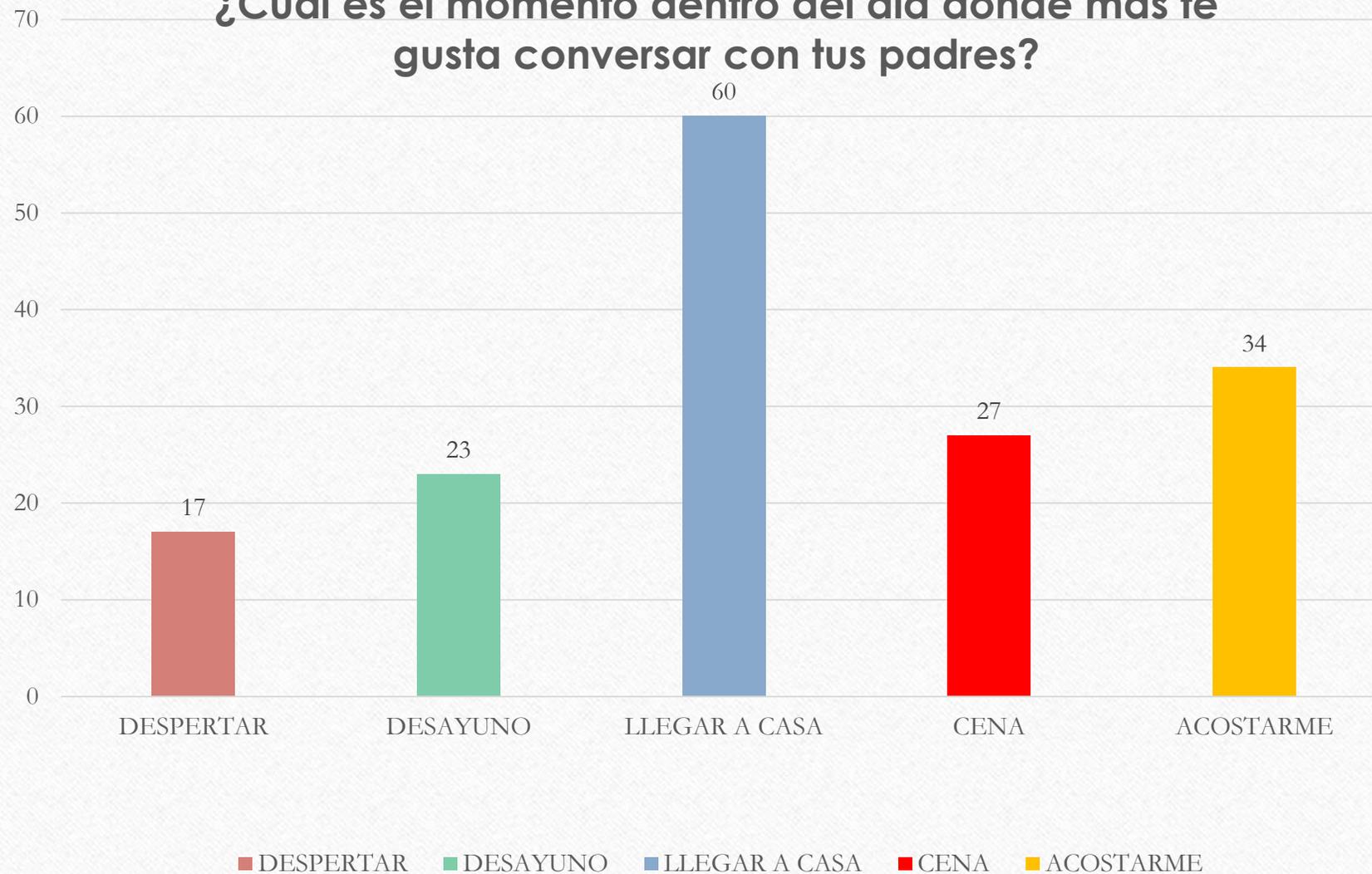
7. Administrar los dispositivos electrónicos



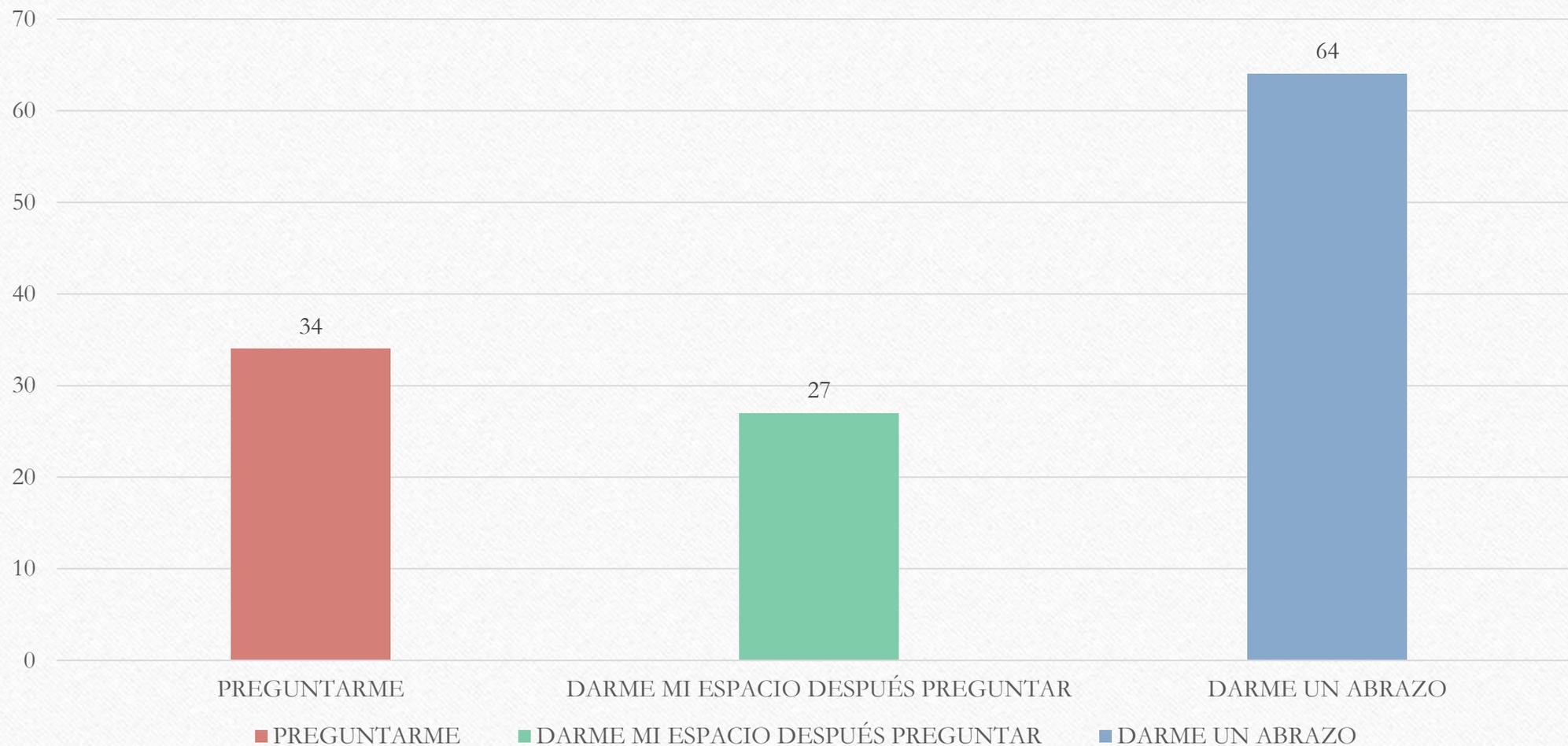
Actividad Grupal

Encuesta

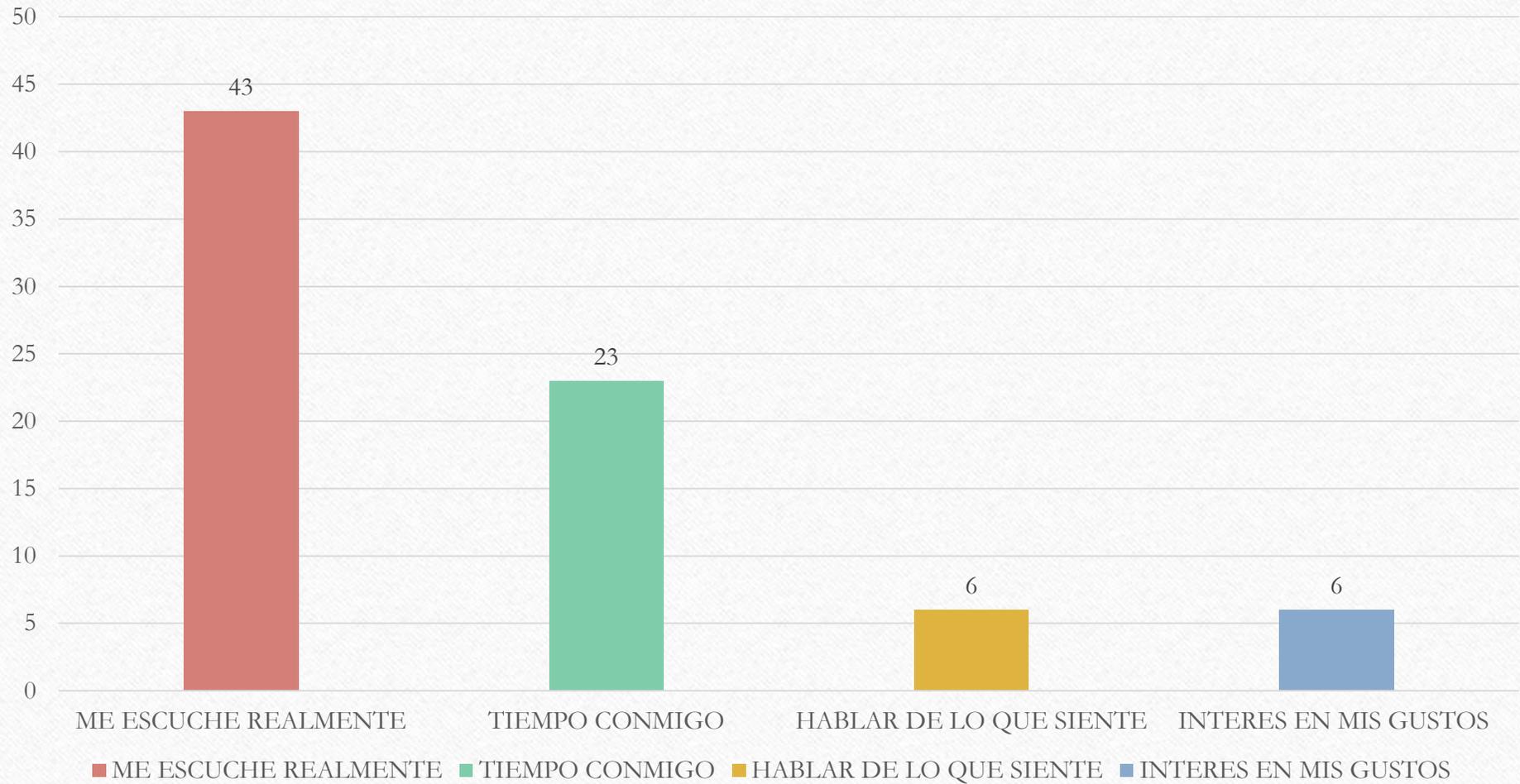
¿Cuál es el momento dentro del día donde más te gusta conversar con tus padres?



¿QUÉ PREFIERES QUE HAGAN TUS PADRES CUANDO LLEGAS ENOJADO O TRISTE A CASA?



¿QUÉ ES LO MAS IMPORTANTE PARA TI, PARA QUE PUEDES HABLAR DE LO QUE SIENTES A TUS PADRES?





“ Los hijos crecen, pero los padres continúan siendo las anclas que les brindan amor, orientación y apoyo y esa conexión les da seguridad y los ayuda a generar la resiliencia que necesitan para enfrentar los vaivenes de la vida ”.

Gracias

