



Bases importantes para la buena comunicación entre padres e hijos

Tener hijos no es una tarea fácil, no se trata simplemente de cuidarlos, protegerlos y darles todo lo que necesiten, en realidad es una responsabilidad mucho más grande, tienes la vida entera de una persona en tus manos, y esa persona también será parte de una sociedad, así que convertirlos en personas de bien es obligatorio en tus procesos de crianza, por lo cual tu comunicación con ellos se hace fundamental para lograr tu cometido como padre, solo que esto a veces es motivo de estrés ya que no sabemos cómo hablar con ellos y el problema se complica en la adolescencia. Por eso hoy te traemos unos consejos especiales para que tengas una comunicación efectiva con tus hijos.

Cuando son pequeños

Podría parecer que los niños pequeños no entienden bien los temas profundos, sin embargo eso es válido hasta los 3 años, ya a los 4 años los niños entienden muy bien lo que se les dice, y no necesitamos valernos de recursos infantiles para poder conversar con ellos, no hace falta poner voz chillona o decirle mentiras, la base de una buena relación comienza con la confianza desde temprana edad.

Los niños pequeños pueden ponerse difíciles y a veces no comprenden tus decisiones, si no puedes comprarle el juguete o la golosina que está pidiendo tienes que darle una buena razón, no ocultarlo detrás de una cortina de humo infantil, por ejemplo si pide caramelos antes de comer, le dices que no es bueno para su salud comer esas cosas, podría engordar, podría tener caries en los dientes etc., si le dices que las golosinas tienen monstruos o algo por el estilo eventualmente lo verán como una mala excusa y te seguirán molestando, y perderán la confianza en ti pues lo único que obtienen de ti son mentiras.

Cuando van creciendo

A medida que crecen será mucho más fácil hablar con ellos pues ya no son tan pequeños y aun te ven como un ídolo, aprovecha ese tiempo para hablarles en profundidad de los valores humanos, de las cosas que enfrentan los adultos y de lo importante que son ellos en tu vida, decirles que los quieres y abrazarlos refuerza la relación y es un estímulo para que sientan que siempre los apoyas. A esta edad es crucial hablar con ellos para que elijan buenas amistades y aumenten su autoestima, un niño con gran confianza en sí mismo tendrá menos problemas en su adolescencia y su futuro como adultos.

A esta edad es bueno que tengan responsabilidades y se ganen tu confianza para futuras recompensas, darle una pequeña responsabilidad a tu hijo no será un castigo, de hecho así podrá ver que el buen comportamiento trae beneficios.



Comunicarse con un Adolescente

Cuando los niños entran en esta etapa las cosas se complican, así que comunicarse con ellos podrá parecerle que caminas por el filo de un cuchillo. Los adolescentes siempre se sienten incomprendidos, pero señalarles que los comprendes no ayuda, es mejor mostrarse cercano en caso de que necesiten de tus consejos.

Tampoco es muy bueno obligarles a hacer algo, simplemente otorgarles ciertas responsabilidades y recuérdales que de no cumplirlas en el tiempo pautado tendrán un castigo, mientras que si la cumplen tú puedes recompensarlos, de allí la importancia de crear un contrato de comportamiento pues sienta las bases de una buena comunicación, confianza y responsabilidad.

Es muy importante escucharlos y apoyarlos, a veces lo que necesitan es un hombro donde se sientan tranquilos y puedan desahogarse, trata de ser ese hombro en lugar de ser una razón más por la cual puedan sentirse agobiados. Tampoco tomes decisiones por ellos, ni a sus espaldas, pregúntale a qué escuela quiere ir, qué intereses le gustaría practicar y [respetar su privacidad a la hora de monitorearlos](#), no le impongas amistades, ni les obligues a estudiar cosas que no le gustan.

Catalina Lopez Zuluaga