

# FAMILIAS IEDITIANAS QUE INSPIRAN... QUE TRANSFORMAN

## PROPÓSITO 3: COMUNIQUÉMONOS



La comunicación es una habilidad que siempre puede mejorarse.

Cuando se promueve entre padres e hijos, genera relaciones de confianza, positivas, sanas y equilibradas; permitiéndoles establecer un vínculo emocional, brindando seguridad a los hijos ( autoestima), favoreciendo en ellos el desarrollo de habilidades sociales tan necesarias para la convivencia como la escucha, la empatía y la asertividad.

Para mejorar la comunicación:

Emplea un tono de voz seguro, firme, tranquilo, sin temor a decir NO.

Pregunta siempre cuando tengas dudas.

Usa frases en primera persona: "yo pienso", "yo creo..." "Yo siento..." "Me gustaría expresar..."

