

Programa de Acceso a la Universidad del Distrito de Columbia



Comunicación con su hijo

Taller para padres #5





Obstáculos de la comunicación

- Las barreras para una comunicación efectiva
 - La falta de atención a la conversación
 - Las diferencias en el punto de vista
 - Barrera idiomática
 - Las barreras a las señales que no son verbales
 - Límites emocionales
 - Actitud sobre el tema





Superar los obstáculos

- Establezca un patrón o rutina para comunicarse.
 - Horas y lugares de conversación
 - Elimine las distracciones
 - No haga muchas cosas al mismo tiempo
- Establezca límites
 - Permita que él descargue sus sentimientos en una forma respetuosa
 - Esté dispuesto a compartir





Superar los obstáculos

- Practica el escuchar activamente
 - Escuche intencionalmente y sin juzgar
 - Sea genuino
 - Haga preguntas para aclarar los pensamientos que no sean claros
 - Resuma los pensamientos de su hijo
 - Identifique el sentimiento transmitido por sus palabras
 - Haga contacto visual





Haciendo preguntas

- Las preguntas abiertas son: preguntas generales que requieren más de una o dos palabras.
- Las preguntas cerradas son: preguntas específicas que pueden ser respondidas con una o dos palabras





Haciendo preguntas

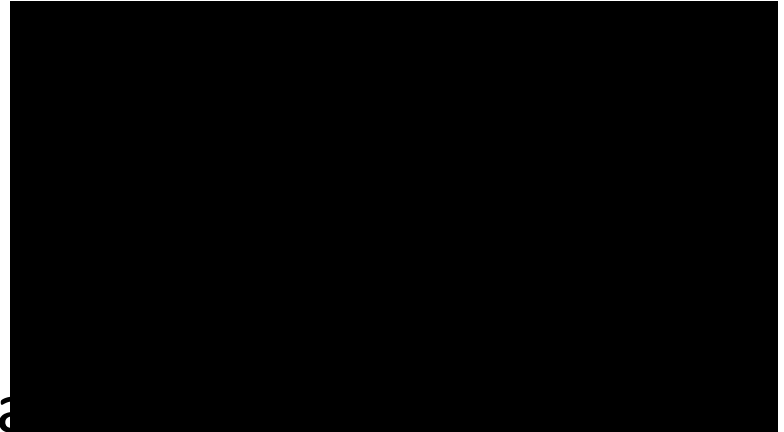
- Al hablar usualmente ayuda utilizar preguntas abiertas que permitan respuestas bien pensadas.
- Las preguntas cerradas proporcionan respuestas más rápidas.
- Ejemplos
 - Pregunta cerrada: ¿Tuviste un buen día en la escuela?
 - Pregunta abierta: ¿Dime cómo te fue en la escuela?





Él simplemente no quiere escuchar...

- Cuando usted trate de disciplinar estos consejos podrían ayudar a la comunicación
 - Sea claro y tenga calma
 - Trate de no gritar
 - Concéntrese en el comportamiento de la persona
 - Sea comprensivo (vea la situación desde su punto de vista)





Estamos aquí para ayudarle

- Sekenia Welch, Asesor de Capital City
202-807-9767
sekenia.welch@dccap.org
- Trayon Brady, Asesor de Coolidge
202-671-6098
trayon.brady@dccap.org
- John Wiley, Asesor de Dunbar
202-724-4181
john.wiley@dccap.org
- Kenneth Barton, Asesor de Roosevelt
202-576-6130
kenneth.barton@dccap.org
- Ajamu Clark, Asesor de Wilson
202-724-9507
ajamu.clark@dccap.org





Información de contacto

Si usted tiene preguntas o preocupaciones , por favor comuníquese con nosotros:

Programa de Acceso a la Universidad del Distrito de Columbia (**DC-CAP**)

Proyecto de Liderazgo Alfa

1400 L Street NW, Suite 400

Washington, DC 20005

<http://alphadev.dccap.org>

Matthew Avery – Director de ALP

matthew.avery@dccap.org

(202)783-3851



Keadrick Peters –Coordinador de ALP

keadrick.peters@dccap.org

(202) 783-2716

