

## **Comunicación con los hijos/as**

### **¿Por qué es importante la Comunicación?:**

- \*Porque es una forma de establecer contacto.
- \*Porque podemos dar y recibir información.
- \*Porque nos ayuda a expresar o a comprender lo que pensamos.
- \*Porque podemos transmitir nuestros sentimientos.

### **Nos comunicamos mejor cuando:**

- \*Damos información positiva.
- \*Nos Ponemos en el lugar del otro.
- \*No damos mensajes contradictorios.
- \*Escuchamos con atención.
- \*Expresamos los sentimientos.
- \*Pedimos la opinión de quién nos escucha.
- \*No generalizamos ni acusamos

## **Conflictos familiares**

Los desacuerdos en las familias son normales, afrontarlos y resolverlos mejora nuestras relaciones y a nosotros mismos.

Es conveniente afrontar los conflictos, resolverlos de manera adecuada y aprender de ellos.

### **¿Como resolverlos?:**

\*Escuchando y respetando las posiciones y necesidades del otro.

\*Mostrando una actitud negociadora.

\*Valorando diferentes alternativas.

\*Reflexionando hasta encontrar soluciones creativas.

\*Dando el propio punto de vista y explicándose con claridad.

\*Siendo flexible y tolerante.

\*Evitando actitudes violentas físicas o verbales

\*Confianza en el otro.

## **Pautas preventivas del abuso sexual**

### **Cómo enseñar a los niños y a las niñas a protegerse a sí mismos:**

- \*Enséñales a diferenciar situaciones que pueden entrañar riesgos.
- \*Potencia su capacidad para tomar decisiones
- \*Favorece el conocimiento del propio cuerpo y de sus partes íntimas
- \*Proporciona una educación afectivo-sexual adecuada a su edad
- \*Enseña al niño/a que el respeto a los mayores no quiere decir que tengan que obedecer ciegamente a los adultos
- \*Prohíbele aceptar regalos, dinero, dulces, etc.. sin el consentimiento de sus padres

### **Habla con los niños/as sobre la las formas de contacto físico y muestras de afecto apropiadas y no apropiadas:**

- \*Caricias adecuadas: el contacto que les hace sentirse bien.
- \*Contacto confuso: El contacto que mezcla formas o mensajes que hacen sentir bien y mal.
- \*Contacto inadecuado: El contacto que asusta o hace sentir mal o se realiza como un secreto.

## **Falsas creencias sobre el abuso sexual**

- \*Es falso que no son frecuentes.
- \*Es falso que se dan en las niñas pero no en los niños.
- \*Es falso que hoy se dan más abusos que antes.
- \*Es falso que el agresor/a es un enfermo psiquiátrico.
- \*Es falso que sólo se dan en familias con problemas.
- \*Es falso que los niños/as no dicen la verdad.
- \*Es falso que les ocurre a niñas que se lo buscan.
- \*Es falso que los menores son culpables de que les ocurra.
- \*Es falso que los menores pueden evitarlo.
- \*Es falso que si ocurriera en nuestro entorno, nos enteraríamos.
- \*Es falso que los agresores/as son casi siempre desconocidos/as.
- \*Es falso que los efectos son siempre muy traumáticos.
- \*Es falso que los efectos no suelen tener importancia.
- \*Es falso que van casi siempre asociados a violencia física.
- \*Es falso que la familia los denuncia cuando se entera.
- \*Es falso que no es obligatorio denunciarlos.
- \*Es falso que es un asunto privado y no se debe denunciar.
- \*Es falso que los tocamientos no son abuso sexual.

## **Hiperactividad**

### **Detección:**

- \*No presta atención a detalles.
- \*Le cuesta mantener la atención en las tareas o en el juego.
- \*Parece que no escucha cuando se le habla.
- \*No termina las tareas escolares.
- \*Tiene dificultad par organizar tareas y actividades.

### **Pautas de actuación:**

- \*Organiza de forma estable y predecible su tiempo y actividades.
- \*Ayuda al niño/a a organizar una tarea dividiéndola en partes.
- \*Felicítale a menudo por obtener metas intermedias con comentarios concretos, claros e inmediatos a su comportamiento.
- \*Anímale cuando realice una tarea y al terminarla.
- \*Elimina ruidos y distracciones cuando esté estudiando.
- \*Define normas claras y las consecuencias inmediatas si no se cumplen.