

¿Cómo hablar de temas difíciles con los hijos?



Algo que frecuentemente preocupa a los adultos es cómo hablar de temas considerados como difíciles con los hijos, principalmente si estos son niños pequeños. Temas como sexualidad, la muerte de un ser querido, el divorcio de los padres entre otros temas que se considera la mayoría de las veces que no deben saber los hijos o que deben ser los últimos en enterarse.

Compartimos hoy los siguientes puntos para lograr una conversación clara y amena con los hijos, aplican para todas las edades.

1. Nunca subestime a su hijo/a.
El ser un niño/a no quiere decir que no entienda lo que quiere transmitirle.
2. No trate de ocultar la situación o problemática.
Los chicos se darán cuenta de lo que ha pasado y al no dales una explicación clara se forjarán una propia que en ocasiones puede ser contraproducente porque puede llegar a de forma distorsionada.
3. No hacer o decir algo para desviar el hablar sobre el tema.
Porque lo niños se enterarán de alguna forma que puede ser la menos correcta y pueden creerlo una mentira.
4. Busque un momento adecuado para hablar, con tiempo disponible, sin presiones y sobre todo trate de estar muy relajado.
5. Hable con palabras claras y use el nombre correcto de cosas y situaciones.

6. Comunique sus ideas, valores incluso hable de sus preocupaciones.
Principalmente si le ha estado preocupando tener esta conversación con su hijo y dé las razones del porque ha sido así.
7. Sea honesto, no diga mentiras. Definitivamente se darán cuenta de que esta mintiendo y buscarán respuestas con otras personas.
8. Escuche con mucha atención lo que diga su hijo, y permítale preguntar lo que quiera, no deje que se quede con ninguna duda.
9. Deje abierta la posibilidad de continuar la platica en otro momento para permitirle pensar a su hijo sobre la situación.
10. No deje de decirle lo mucho que lo quiere y lo importante que es para usted y que esta abierto a escucharlo cuando sea necesario.

Esperamos que estas recomendaciones sean de utilidad, más adelante compartiremos con ustedes de forma más detallada cómo hablar con los hijos de temas específicos. Así que no dejen de escribirnos a resilienciamx@hotmail.com para compartir sus comentarios, dudas y sugerencias.



Mayra Isidro
AMERSE
resilienciamx@hotmail.com