



PBS SoCal 2019

Community Spotlight Award Recipient

Developing Accountable

D.A.D's



The Mom & Dad Project

Clases Gratis En los medios | Acerca de español | Recursos Contacto

Calendario de eventos



Un centro de recursos y educación para padres



THE DAD PROJECT
podcast

El proyecto papá

NEXT PRO



ASOCIACIÓN JUVENIL
JARA CLUB



Comunicación padre-hijos





Los nuevos padres: identidad

1. Positivo: más

- tiempo
- la casa como trabajo principal
- importancia a su papel
- proporción $1/5$ vs $1/2$
- satisfechos

2. Negativo: 1.5 m de hogares monoparentales

Evolución del papel del padre:

- hijo-Edipo y su conflicto generacional
- hijo-Narciso y su confusión generacional
- y el hijo-Telémaco: millenials:

- ❖Admirable pero cercano y vulnerable
- ❖Más testigo que poseedor de la verdad
- ❖Más autoridad moral que poder
- ❖Invenciblemente frágil e imperfecto

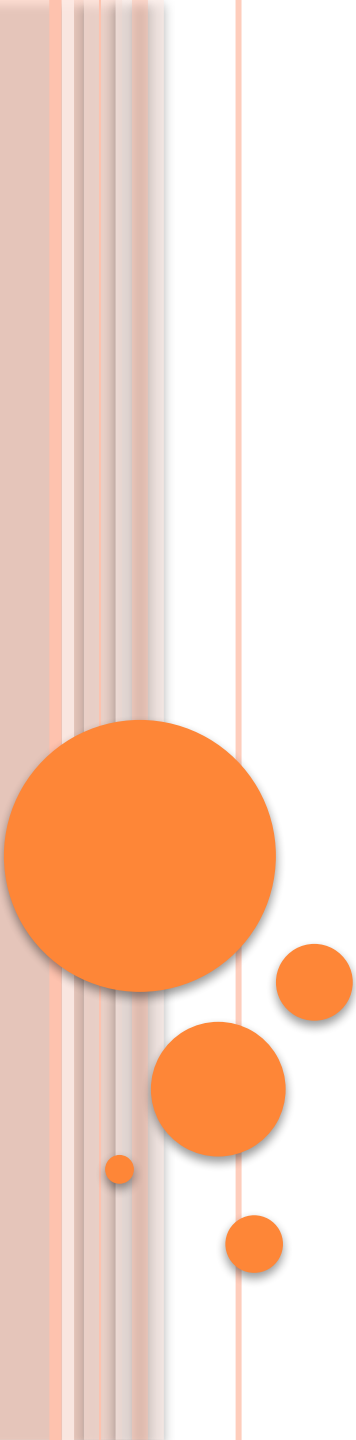
Ha entendido la conexión emocional pero inseguro

Qué factores influyen para ser un buen padre:

- Disponibilidad > ejemplaridad**
- Convivir con los hijos**
- Su experiencia como hijo**
- Circunstancias vitales**
- Complicidad de la madre**
- Ser buen esposo**

¿Qué necesitan los hijos de sus padres?: tiempo y...

- Que le valore y le quiera por quien es
- Que no le haga un hijo-ídolo caprichoso
- Que se gane su confianza y confíe a pesar de...
- Que mantenga la autoridad: marcar límites

- 
- **Estimular sus sueños y alentarle ante dificultades**
 - **Soporte de protección y seguridad**
 - **Afectuoso a su manera y valide sus sentimientos**
 - **Que procura buenos momentos juntos**
 - **Que tire de él por un plano inclinado**
 - **Que coincida con la madre y se respeten**



**Dedicación: final de la
jornada y fines**

**Implicación: un mínimo de
tiempo, y de la mejor
calidad posible**

No ganárselo por lo fácil

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN

- **Cuanta más comunicación mejor**
- **Lo más importante es la presencia y disponibilidad abierta**
- **Cuanto más cuesta una conversación más importante es tenerla**
- **Papel del tacto**

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN

- Nada es infalible
- Escucha, paciencia, comprensión y cariño
- Más difícil en adolescente
- Pero quiere saber por inseguridad qué piensan sus padres
- Sobre todo no hacerlo mal



HABLAR

ESCUCHAR

PREGUNTAR

RESPONDER

Norman Rockwell

Hablar

- **Buen contexto**
- **Hablarle como si tuviera dos años más**
- **No polarizar la postura y no cancelar temas**
- **No hablar tanto que no pueda preguntar**
- **No perder el foco en lo que al niño le interesa**

Hablar

- Menos solución y más pensar a largo plazo
- Todos los silencios que hagan falta
- Plantear un problema y resolverlo juntos
- No criticar a sus amigos
- Conversaciones de temas difíciles *¡Face to face!*

Hablar

• Si hay que corregir ...

Es probable que nos escuche más si le decimos cómo nos sentimos que lo equivocado que está o lo mal que lo ha hecho

• Si quiero que me escuche:
usar mensajes-Yo

Escuchar

- ¿Por qué a veces la supuesta lógica aplastante no funciona? Porque la persona necesita ser escuchada antes de escuchar
- ¿cuáles son mis muros para la escucha?: piensa nuevas formas de escuchar
- Escucharle cuando lo pida o emplazarle

Escuchar

- Más del 50%. Bidireccional.
Preguntas abiertas y pausas
- Dejarle terminar las frases o ideas
- Atención plena y silencio interior
- Muestra agrado por cómo se expresa. No escandalizarse ni son-reirse

Escuchar

- Parafrasear: repetir lo que nos ha dicho sin enjuiciar
- Reflejar sus emociones y validarlas
- Solicitar más información y agradecerlo
- El objetivo es escucharle y entender qué le pasa o por qué piensa así, **NO** enjuiciarle

Preguntarles

- Lo importante es conocer qué hay en su mente, tener curiosidad
- Adáptate al momento y sitio mejor para él

Preguntarles

- Aprovechar las oportunidades más comunes
- Pregúntale por los cómo y los porqués
- Preguntarle su opinión para que vea que se cuenta con él

Responderles



Responder

- Responder siempre a sus preguntas, sin mentir
- Tu papel no es de experto, sino guía y compañero (*leer juntos instrucciones de Ikea*)
- Si quiere un consejo, opina cual de sus ideas te parece más acertada pero sin dárselo hecho

Responder

- Técnica de la doble comprobación

- Si plantea un conflicto por un requerimiento, ofrécele en la fantasía lo que no puedes darles en la realidad

- Reconocer que no sé o no tengo claro, y quedar otro día

¿Cómo comunicarnos cuando no quiere?

- No forzar, entender su variabilidad**
- Provocar situaciones, y con preguntas abiertas o no directas**
- Ofrecerse a ayudar**
- Importante validar sus emociones, y tranquilizar**



Gracias!!!

