

El Diálogo

Pautas para dialogar con los hijos e hijas adolescentes

El diálogo es una **parte fundamental de la comunicación y por lo tanto una herramienta muy importante para resolver conflictos**. En el peor de los casos, el diálogo lo que no debe hacer es agravar el problema.

Presentamos unas **pautas a tener en cuenta para mejorar el diálogo y la comunicación** con los hijos e hijas adolescentes:

1. La comunicación no es una conversación esporádica, sino un ambiente que se crea y se respira, como el oxígeno. Este ambiente comienza por el establecimiento de un auténtico encuentro con su cónyuge.
2. Para hablar se necesita tiempo. No existe un equivalente o sustituto económico del cariño, de la experiencia ni de la cercanía.
3. Tan importante como hablar es saber callar: la clave del saber escuchar está en intentar comprender el punto de vista del hijo/a.
4. Reconocer que nos hemos equivocado y pedir perdón acerca de ello a las personas es un signo de madurez. No tema desandar el camino andado cuando se equivoque y enseñarle a hacer lo mismo.
5. Tratar de elegir el momento oportuno para la discusión, los nervios no suelen ser buenos consejeros.
6. No minusvalorar la importancia de los problemas de los hijos/as: lo que nos hace sufrir nunca es una tontería, puesto que nos hace sufrir.
7. Huir en las conversaciones de todo lo que pueda parecer interrogatorio intempestivo o curiosidad por la vida privada de su hijo.
8. Recordar que el hijo/a es estudiante, pero no sólo estudiante, los libros abren a la vida pero, la vida es mucho más grande que los libros.
9. Tratar de proponer o sugerirles metas más que imponerlas. Pero no renunciar a ofrecerles su apoyo y su exigencia. Dialogar no es ceder de la responsabilidad de ser padres y madres.
10. Y procurar mantener el difícil equilibrio entre la libertad y la responsabilidad, todo ello aderezado con una infinita paciencia y sentido del humor.



Para saber más

BOUNQUERTTE, L. (2005): *La comunicación familiar. El libro de los padres que no tienen tiempo*. Ed. Trillas.

VILLANUEVA, V.J., ESCRIBANO, M., ISORNA M., PELLICER, J., ALAPONT. L, PELLICER, P. (2007): *Programa de apoyo familiar*. Ed. IES Pablo Serrano. Andorra (Teruel).