

Escuchar no es oír



Muchas veces queremos saber de la vida de nuestros hijos, conocer cómo se encuentran o qué es lo que han hecho, pero no llegamos a tener esa información por ausencia de una comunicación verdadera. Sabemos que es importante preguntarles, hablar con ellos pero, en ocasiones, por el ritmo de vida que tenemos, no prestamos atención a lo que nos están contando. Lanzamos preguntas y mientras ellos responden, continuamos haciendo otras cosas o pensando en algo que nos preocupa. Podríamos decir que les estamos oyendo, pero no escuchando. No les prestamos la atención que se merecen y que nosotros necesitamos para poder conocer la información de modo más exacto.

Esto no sólo nos sucede a nosotros, como padres, sino que también les ocurre a los niños. Mientras les estamos hablando, están jugando, haciendo sus cosas o pensando en sus historias y no nos prestan la atención necesaria. Esto lleva a que al no escucharnos, no hacen lo que les hemos pedido y, por tanto, no nos obedecen, creándose así muchos conflictos.

Por todo ello resulta esencial establecer una buena comunicación entre padres e hijos, y enseñarles a escuchar, tratando de ser nosotros un buen modelo. Para ello, es recomendable seguir las **siguientes pautas:**

- Elegir bien a quién queremos transmitir la información. Hay temas que son para tratarlos con toda la familia y otros, con un solo miembro. Si es así, es conveniente hablarlo de manera particular con el interesado.
- Valorar la importancia de la información que tenemos que transmitir y en función de ello, elegir el modo de hacerlo. No se puede transmitir igual una norma importante para la familia, como puede ser el horario de acostarse, que el menú del día.

- Si el nivel de importancia de lo que queremos comunicar no es muy alto, cualquier momento es bueno, pero, por el contrario, si el tema es importante debemos asegurarnos de lo siguiente:

Elegir un buen momento para comunicarlo. Debemos cerciorarnos de que están tranquilos, que no les preocupa nada en ese momento y que, por lo tanto, están receptivos.

Dejar todos de hacer lo que estamos haciendo y dedicarnos o a comunicar la información o a escucharla, alejados de cualquier distracción.

Mientras lo comunicamos, debemos mirarles a los ojos para captar su atención y transmitir seguridad por nuestra parte.

Finalmente, nos aseguraremos de que lo han comprendido preguntándoles o reflexionando sobre lo que hemos hablado.

Este proceso desarrollado paso a paso parece más complejo de lo que realmente es, o puede dar la impresión de que requiere mucho tiempo, pero realmente no es así. Simplemente consiste en prestar atención al modo en que comunicamos, y el modo en que se nos escucha y crear el hábito familiar de hablarnos de este modo. Si les acostumbramos a este sistema de comunicación, conseguiremos evitar malentendidos, lograremos que se sientan importantes y escuchados y obtendremos auténtica información de las personas que más nos importan.

Maria Campo
Directora Centros Educativos Kimba
www.escuelaskimba.com