



5 formas de enseñar comunicación asertiva desde pequeños

Ayuda a tu hijo a expresar lo que siente con respeto, confianza y seguridad.



Escúchalo con atención



Cuando tu hijo habla, **mírale a los ojos** y evita interrumpirle. Sentirse escuchado fortalece su confianza y le enseña que sus emociones son importantes.

Contacto visual

Ponerte a su altura le transmite que tiene toda tu atención.

Sin prisas

Dedícale unos minutos sin pantallas ni distracciones.



CONSEJO 2

Valida sus emociones

Reconocer lo que siente un niño es el primer paso para que aprenda a gestionarlo. Usa frases como estas en el día a día:

«Entiendo que estés triste»

«Es normal sentirse así»

«Cuéntame más, te escucho»

CONSEJO 3

Sé un ejemplo de buena comunicación

Los niños aprenden observando a los adultos. Tu forma de hablar, escuchar y resolver conflictos será su mejor modelo.



Habla con respeto

Usa un tono tranquilo incluso cuando estés molesto.



Escucha activa

Muestra interés genuino cuando otros hablan.



Resuelve dialogando

Los conflictos se resuelven hablando, no gritando.

Enséñale a expresar lo que siente

Anímale a usar **palabras en lugar de gritos o berrinches**. Puedes hacerlo de forma natural y divertida en el día a día.



→ Con cuentos

Los personajes ayudan a identificar emociones.

→ Con juegos

Juegos de roles para practicar situaciones reales.

→ En conversaciones

Pregúntale: «¿Cómo te has sentido hoy?»

CONSEJO 5

Resuelve los conflictos conversando

Cuando surja un problema, invítale a explicar lo ocurrido y a **buscar soluciones juntos**. Así aprenderá a comunicarse con respeto y empatía.

1. Escucha su versión

Dale espacio para contar qué pasó sin juzgar.

2. Hablad de emociones

Pregúntale cómo se sintió en ese momento.

3. Buscad soluciones

Proponed juntos alternativas para la próxima vez.



La comunicación asertiva también se aprende

Cada conversación es una oportunidad para fortalecer la **confianza**, la **autoestima** y las **habilidades sociales** de tu hijo. ♥

📄 📍 En el **CDI EuroAmericano** promovemos ambientes donde los niños aprenden a comunicarse, convivir y expresar sus emociones con seguridad desde los primeros años.

