

# ¿La Comunicación?

Es necesario prepararse. Es de una definición clásica se entiende por comunicación el hecho que un determinado mensaje originado en el punto A “emisor” llegue a otro punto determinado B “receptor”. La comunicación implica la transmisión de una determinada información. “mensaje”. La información como la comunicación supone un proceso, pero la comunicación es algo más. La comunicación es una ciencia, **pues siempre se puede aprender a comunicarnos mejor y es un arte pues debemos conocer a cada quien para reconocer sus necesidades**, su forma de ser, su temperamento y de esta forma comunicarnos correctamente.

## ¿Que es la comunicación?

Es hacer participe a otra persona, hacer que la otra persona **sepa y entienda** alguna idea, hecho, criterio, tema, convicción, etc. Sea en forma escrita, verbal o por señas. La comunicación requiere obtener una respuesta del que escucha o atiende al mensaje.

## ¿Que es la incomunicación?

Es privar de comunicación al otro, aislarse, indiferencia, negar la información la palabra, el conocimiento y el trato a la otra persona.

**Necesitamos amor, lo sabemos, todo ser humano, toda persona, necesita sentirse amado y sentirse realizado. Se debe partir de allí.**

Factores que dificultan la comunicación

**Tiempo**, FUNDAMENTAL

Poca capacidad de **saber escuchar**, si no escucho a la otra persona como podré

**La confianza**

**Tranquilidad y paz**, no se puede dialogar con la cabeza caliente sino en paz.

**Hablar con delicadeza** sin herir sentimientos.

**Hablar con cariño** en nuestro modo de comunicar.

**Alegría** es mas fácil comunicarme con otra persona si expreso alegría, **La atracción de cariño** (abrazos, caricias).

**No saber escuchar:**

**Monosílabos:** palabras como ya, si, mañana, ok, nos vemos, allá, aja, etc.

**Actitud defensiva.**- muchas veces hablamos en tono agitado e interrumpiendo a la otra persona, o hablamos con ironía; rotulando a la persona con la que hablo

**Tener apertura, humildad y generosidad**



## Comunicación positiva

Utiliza lenguaje positivo, ayuda a dar una imagen positiva, promueve el feedback, o respuesta: Ejemplo:

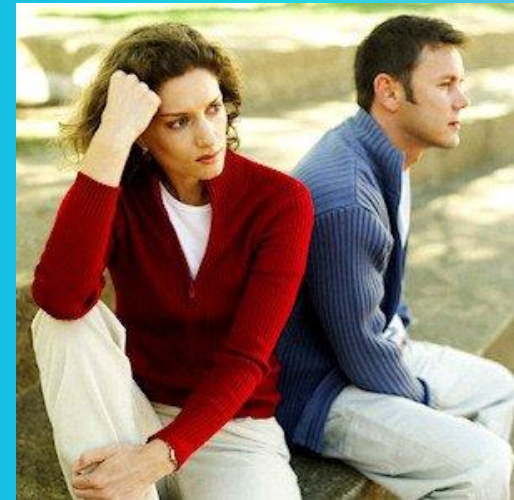
- Espero que tengas un bonito día
- Fantástico ese trabajo saldrá muy bien.
- Confío que todo esto mejorará



## Comunicación negativa

Frases que destruyen y truncan la conversación: Ejemplo:

- No me ayudas en nada....
- Como siempre, llegas tarde...
- ¿No puedes cocinar algo mejor..?



# ¿Porqué surgen los excesos?

El mundo en que vivimos

Internet, chat...

Los amigos

Formación del colegio

La suerte. Vicios .....

**Se comienza por casa.**



Toda esa aparente reveldía necesita ser canalizada. **Educa con inteligencia.**

# Puntos importantes

- Se comunica con gestos
- Con la indiferencia
- Con el rechazo
- Victimismo
- Encasillarse en si mismo
- Apatía, monotonía, rencor.....



# Comienza unificando puntos de vista

- Tener ideas claras y concretas
- Eliminar calificativos
- Permitir la intervención de otro
- Preguntar porque se piensa asi, razones
- Dar soluciones
- Sanar heridas, analizar la conversación, que me quiere decir... como puedo ayudar



# ¿Cómo se consigue buena comunicación?

- Buscar no ser el centro de la conversación, ni pensar: tengo la razón.
- Animo **no eres perfecto**, todos tus comunicaciones no serán asertivas, pero si deben serlo la mayoría de ellas
- Reflexiona date un tiempo para pensar como te comunicas.
- Evitar usar la comunicación sólo para pedir o reclamar: dinero, salud, calificaciones, no habra apertura por parte de los demás.
- Comunicación debe ser primero: **cómo te sientes, necesitas algo**.
- Buscar puntos en común y tener metas, **no sólo ver los problemas**
- Padre debe contarle a su hijo(a) y pareja lo que pasa, **comunicación mutua**, y se debe terminar de manera positiva, con objetivos, orar.
- Cuando no puedas hablar, distráete, piensa en otra cosa, ordena algo...
- Padres que no dan razones sólidas, (hijo tiende a dar la contra)
- Padres con autoritarismo, bruscos, rigidos.
- No se educa con inteligencia, ni sabiduría, (sólo sentimientos).
- Padres que no se dejan guiar, no se comunican con Dios. *Ejemplo.*

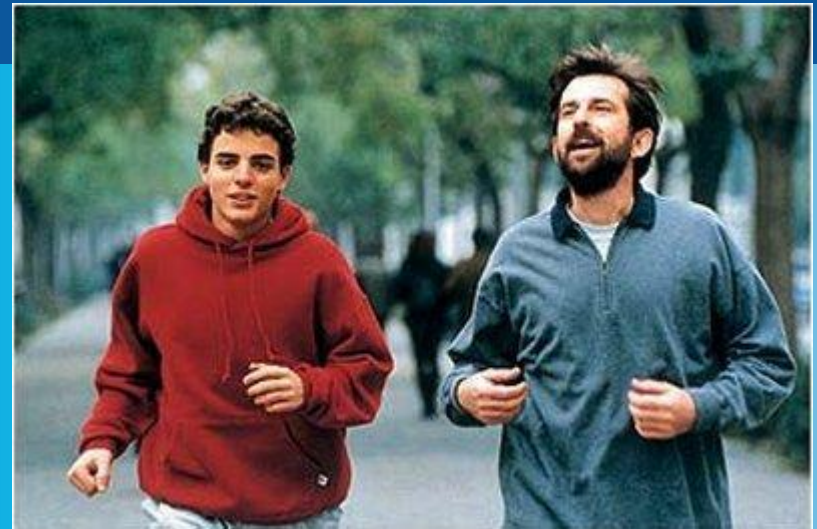
## La Comunicación empieza con Dios

Tenemos que entender que la comunicación-diálogo empieza por la roca de nuestra familia **que es Dios** y que se traduce en la **oración**. Esta comunicación-diálogo es uno de los nombres del amor, a partir de allí **reflexiono, tengo fuerza, discernimiento, alegría, paz**. La primera oración-comunicación-diálogo de mi propio yo “es con Dios” a continuación la comunicación con mi pareja, necesidades básicas, seguida de la comunicación con mis hijos.

*“La suave respuesta aparta el furor, mas la palabra hiriente hace subir la ira” Prov. 15:1.*

*“Vida y muerte dependen de tu palabra”. Proverbios 18,21*

*“Hermanos no olviden que, como todos, cometemos errores. La lengua es algo pequeño, pero puede mucho. Con ella bendecimos al Padre, y con ella maldecimos a los hombres hechos a imagen de Dios. De la misma boca salen bendición y maldición”. St 3,2-5,6-9-10ª*



# TU misión: formar una FAMILIA sólida.

*Cuándo un FAMILIA, tiene seguridad, amor, el buen ejemplo de sus padres. Es un lugar de Paz, de alegría, donde a pesar de los problemas se llega contento y se sale con mejores ganas de afrontar la vida*

**ANIMO, DIOS ESTA AL LADO DE USTEDES Y LOS AYUDA EN CADA MOMENTO.**

