

FOMENTAR HABILIDADES SOCIALES EN LOS HIJOS



LAS HABILIDADES SOCIALES SON CONDUCTAS QUE PERMITEN RELACIONARSE DE MODO EFECTIVO Y SATISFACTORIO CON LOS DEMÁS.

DANDO COMO RESULTADO, ESE BIENESTAR Y SEGURIDAD EN LAS RELACIONES SOCIALES.



DEPARTAMENTO DE PSICOORIENTACIÓN

LOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA SON ESENCIALES PARA ADQUIRIRLAS Y FORTALECERLAS EN CADA ETAPA DEL DESARROLLO.



CONFORME EL NIÑO CRECE, VA INCORPORANDO ALGUNAS DE ESTAS HABILIDADES O COMPORTAMIENTOS Y LAS USA PARA RELACIONARSE CON LOS DEMÁS.

LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES APRENDEN POR IMITACIÓN, OBSERVAN Y ADQUIEREN CONDUCTAS DE LAS PERSONAS QUE SON IMPORTANTES PARA ELLOS. LOS PADRES SON FIGURAS SIGNIFICATIVAS, POR LO QUE DEBERÍAN SER LOS PRIMEROS EN ACOGER ESTAS CONDUCTAS QUE MÁS TARDE LOS HIJOS REPRODUCIRÁN.

NECESITAMOS PROMOVER EN LOS HIJOS HABILIDADES SOCIALES, YA QUE CONTRIBUYE A QUE PUEDAN EXPRESAR SUS SENTIMIENTOS U OPINIONES DE UN MODO ADECUADO, ENTENDER LAS NECESIDADES DE LOS DEMÁS, EVITAR CONDUCTAS VIOLENTAS, PERO SOBRE TODO A SENTIRSE BIEN CONSIGO MISMO Y LOGRAR RELACIONES SALUDABLES QUE PERMITAN UNA ADECUADA Y POSITIVA INTERACCIÓN CON EL ENTORNO.



Un punto importante a CONSIDERAR en las habilidades sociales, es la personalidad. Cada individuo es diferente, se requiere conocer las dificultades que presenta, sus limitaciones, así como las habilidades que necesita aprender o reforzar.

La teoría habla de habilidades sociales básicas y unas más complejas.

BÁSICAS

- Escuchar atentamente
- Expresarse
- Dar las gracias
- Presentarse
- Respetar turnos al jugar
- Mantener una conversación
- Despedirse
- Cumplir con las responsabilidades propia de la edad
- Compartir con su grupo de pares y adultos



LA BUENA NOTICIA ES QUE LAS HHSS SE PUEDEN APRENDER Y ESTIMULAR, LA MEJOR MANERA DE HACERLO ES PRACTICARLAS.

COMPLEJAS

Empatía

Ponerse en el lugar de la otra persona, ayuda a entenderla y comprenderla

Inteligencia emocional

Para Goleman, la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

Pedir disculpas

Ser capaces de reconocer los errores cometidos y pedir disculpas.

Asertividad

Expresar las opiniones, sin ofender ni herir, ni miedo a ser cuestionado

Contacto visual

Mirar hace que la conversación sea más fluida

Expresar afecto

Podemos hacerlo en nuestro día a día, tomando en cuenta el entorno. Es bueno que los demás sepan que le apreciamos.

Pedir ayuda

Esta habilidad nos impulsa a aceptar que hay cosas para las cuales no estamos preparados y necesitamos de los demás.

La falta de habilidades sociales está relacionada con dificultades para comunicarse con otras personas, y no tener un buen autocontrol emocional.

