

El tener una adecuada comunicación es resultado de las habilidades aprendidas en la niñez, por la influencia positiva de los padres, familiares y educadores.

Sin embargo estas habilidades también pueden desarrollarse a lo largo de la vida, para ello es necesario identificar, reforzar o mejorar los estilos de comunicación con los que nos relacionamos.



La comunicación ofrece oportunidades para mejorar la formación y desarrollo de los/as hijos/as, debiendo dedicarse especial atención a los siguientes aspectos:

- Expresión del afecto y los sentimientos.
- Valoración positiva de los comportamientos adecuados.
- Escucha y empatía



**"Un entorno positivo está compuesto de respeto, comprensión, y de una buena comunicación. Un ambiente con estas características es un terreno fértil para el amor, la responsabilidad y la comprensión."**



**CENTRO DE ESTUDIOS DE PROBLEMAS ECONÓMICOS Y SOCIALES DE LA JUVENTUD**  
Av. Ignacio Merino 1855 Of. 301 - Lince  
Teléfono 471-3587 Lima - Perú  
e-mail: [cepesju@terra.com.pe](mailto:cepesju@terra.com.pe) / [cepesju@infonegocio.net.pe](mailto:cepesju@infonegocio.net.pe)  
web site: [www.cepesju.org](http://www.cepesju.org)

# Comunicación



**Una buena comunicación permite mejorar la formación y desarrollo en la familia.**

## ¿Y qué es comunicación?

Es el proceso de interrelación de dos o más personas a través de la transmisión y recepción de mensajes, que incluye, además, sentimientos y actitudes. Se establece a través de un proceso de intercambio de información, Sin la comunicación no habría aprendizaje ni desarrollo personal.

Al comunicarnos intercambiamos ideas y compartimos experiencias. Comunicarse es un placer en sí mismo; ya que somos seres sociables, que sentimos bienestar al hacerlo.



*La comunicación es la base fundamental de una saludable relación entre las personas.*

## Entonces comunicación es

- ❖ Atender al otro
- ❖ Escuchar y aceptar lo desacuerdos
- ❖ Mantener la mirada dirigida al que habla.
- ❖ Expresar atención en nuestro gesto facial.
- ❖ Transmitir señales no verbales como: Asentimiento con la cabeza o expresiones y murmullos ("aja", "ya veo"), repetir lo ultimo que el otro dice, resumir lo que el otro dice, hacer preguntas que me brinden mas información.

En la comunicación se utiliza el lenguaje verbal (palabras) y no verbal (gestos).

