

¿Cómo pueden los padres utilizar las ventajas De la tecnología comunicacional para un mejor educar de sus hijos?

Los tiempos están cambiando vertiginosamente. Piense un segundo el lector que hace 100 años tan sólo un viaje de Europa a América duraba como mínimo 3 meses. Igual acontece con las herramientas de uso mental, emocional y de relaciones humanas. Por primera vez en la historia contamos con herramientas reales y prácticas que hacen factible un mundo agradable y compartible. Ahora se trata de aprender a utilizarlas, es el gran reto que como humanidad podemos trazarnos y llevar a cabo. Salir de esa triste historia en que los humanos no hemos gozado aún de momentos de compartir y celebrar plenamente.

Aunque todavía no están bien difundidos y dominados, contamos con recursos que al poner en práctica nos llevan a una buena relación, a un trato amigable, en entendimiento pleno. El presente artículo tiene la sana intención de mostrar con sencillez cómo específicamente pueden los padres practicar y enseñar a sus hijos una comunicación ARMÓNICA y EFECTIVA.

Por COMUNICACIÓN ARMÓNICA entendemos aquella interacción humana donde cada uno de los participantes se encuentra a gusto compartiendo con el resto del grupo, familia, comunidad, etc. Por COMUNICACIÓN EFECTIVA entendemos dos cosas complementarias: la primera, que cada uno de los comunicantes está entendiendo y asintiendo en lo que el mensaje del otro quiere transmitir y en segundo lugar, trabajan todos los comunicantes para lograr unos objetivos o metas elaborados por consenso

Dr. Luis Arocha Mariño - Psiquiatra.
Entrenador PNL, Coach Internacional (I.C.C.)
luisarochaster@gmail.com

sincero entre los participantes.

¿Y cómo podemos lograrlo? En nuestra ayuda vienen tecnologías que han trabajado sistemáticamente en ello. Mencionaré solo algunas que utilizamos en nuestro movimiento para sembrar la cordialidad, el buen gusto y los deseos de lograr ese mundo armónico que en el fondo todos compartimos: Programación Neurolingüística o PNL, E.M.D.R. o N.E.B.A., Comunicación No Violenta, Pensamiento Lateral, Métodos Alternativos de Resolución de Conflictos, Coaching, entre otros. Aún cuando lo ideal sería que todos los seres humanos nos entrenáramos en estas disciplinas, es posible derivar algunas técnicas-ejercicios muy sencillos que nos ayuden a crear una actitud cónsona con la paz y bienestar y contagiar a quienes nos rodean o se nos acerquen. En concreto me referiré a la relación con los hijos, aunque indudablemente el lector avieso lo extenderá a todo su sistema de relaciones.

1. Lo que llamamos vivir es una experiencia de intercambio con el entorno. Así, utilizamos el término "problema" para significar que nuestras necesidades, deseos y expectativas no coinciden con el mundo exterior. Téngalo presente, siempre estarán allí de alguna forma. Contamos con la



- Su hijo está en buenas manos
- Amplio local y espaciosas áreas recreativas.
- Dep. Psicológico diario y permanente para sus hijos y padres de familia.
- Clases de inglés y computación.
- Formación artística.
- Aulas con sistema audiovisual.
- Movilidad propia.

Guardería Jardín "SAN JOSE"

Atención a Bebés de 0 a 4 meses

Las Magnolias Urb. California - Trujillo
Telefax:(44) 28 1060 www.jardinsanjose.ya.st
jardinsanjose@hotmail.com



**CENTRO OFTALMOLÓGICO
VISIÓN LA MERCED**
CIRUGÍA DE CATARATA CON INCISIÓN PEQUEÑA - LASER

Av. Larco 955 Urb. La Merced - Trujillo
Telf.: 23 1913 Cel.: 959 4426
visionhuaman@hotmail.com
www.geocities.com/visionlamerced

JAIME HUAMÁN PEREYRA
OFTALMÓLOGO
Post Grado USA - COLOMBIA

Cirugía de Catarata - Láser - Lentes - Aplicación de Botox Cosmético.

opción de tratarlo como cotidianidad simplemente.

2. Tenga en cuenta que cada cabeza es un mundo y que por lo tanto cuando una persona hace, reacciona o piensa algo de cierta manera está actuando según sabe hacerlo. Por ello es muy importante, en lugar de criticar, preguntamos ¿Qué es lo que esta persona tendrá de razonable para llegar a esta conducta o actitud? Particularmente con los niños pequeños hay que estar claros en que todavía no conocen bien los códigos de relación (qué es bueno, prudente, lógico para nosotros), por lo tanto reaccionarán desde la ignorancia. Un monto de paciencia es importante así como la realización de un pequeño ejercicio que te doy: Trata de pensar como él lo hace desde su condición de recién llegado al mundo, siéntate como él e imagina que acabas de llegar y no entiendes lo que ocurre y cuanto tiempo te puede tomar llegar a aprenderlo.

3. Si lo observas cuidadosamente detectarás sus verdaderas necesidades y deseos desde tal ignorancia y podrás, entendiéndolo que te plantee, buscar las herramientas de emoción, palabras para asimilar lo que pretendes enseñarle.

4. Ten en cuenta que tu perteneces a otra generación con otras experiencias concretas sobre pensamientos, ética, moral y que tendrás que aprender los nuevos códigos y adaptar tu también tus propios conceptos y seleccionar qué mantener para transmitirlo con ellos, aceptando que en algunas cosas inevitablemente diferirán.

5. Si puedes básicamente preguntar y guiar mediante ese maravilloso arte te irá mejor, particularmente con los adolescentes pues se encuentran en una etapa de la vida donde las órdenes difícilmente serán obedecidas o traerán serias consecuencias para su salud mental futura. Si orientas las preguntas al uso futuro que le darán a sus mentes mucho mejor. Por ejemplo, ¿Qué

importancia tendrá cuando seas adulto a esta tarea que haces ahora? ¿De qué manera te ayudará a ser feliz cuando grande el que estudies hoy? Sabes, cuando crezcas pasarán muchos más años que la infancia y la adolescencia, ¿Qué puedes hacer para vivirla más plenamente? ¿Te es útil lo que te enseñó que ha sido mi experiencia?

6. Aprende este dicho y úsalo: "aceptar y tolerar las diferencias, compartir y celebrar las semejanzas, son la clave del buen vivir conviviendo".

El Dr. Luis Arocha Mariño lleva 30 años de ejercicio profesional dedicado a la investigación, docencia y asistencia en el uso sencillo, adecuado, creativo y evolutivo del cerebro humano. Es especialista en comunicación humana y cambio rápido, cómodo y sencillo. Médico Psiquiatra, Practitioner, Master y Trainer en PNL, profundizó en los trabajos de Milton Erickson y el llamado grupo de Palo Alto en hipnoterapia y usos de la comunicación humana. Ha publicado decenas de investigaciones sobre el tema en revistas y congresos científicos, entre ellos el IV Congreso Mundial de Psicoterapia, realizado recientemente en Argentina. Profesor en la Facultad de Medicina de la Universidad Central de Venezuela, ha publicado los libros: "PNL Organizacional", "PNL para Mujeres" y "PNL para el Hombre Actual", todos de Júpiter editores.

www.conspiravivir.com

**Trata de pensar
como él lo hace
desde su condición de
recién llegado al mundo**

ECTN CLONIA
OPTICA VASQUEZ
LENTES DE CONTACTOS COSMÉTICOS
Telef: 206090
BOLIVAR 443 - 258 - Trujillo - Perú

Dr. JOSÉ L. ALVA IBÁRBURO
GINECOLOGÍA - OBSTETRICIA
RNE: 8709

- Ecografías 3D - 4D
- Laparoscopias
- Infertilidad

EMERGENCIAS
Cel: 9653356
Telef: 287701

Av. Fátima 309 Urb. La Merced - Trujillo
Telef: 421669 - 281859