

LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS

- Empezar el día con una sonrisa, con una palabra agradable. Evitar un clima de tensión antes de ir al colegio: gritos, prisas....
- Establecer una rutina diaria que permita fomentar en los hijos los hábitos más básicos: aseo, comidas, horarios, tareas en casa...
- Asignar un lugar y un horario para estudiar y hacer los deberes.
- Antes de acostarse, intentar dejar preparado todo el material para el día siguiente: uniforme, libros, mochila.
- No tener miedo a corregir. Los padres son la autoridad. Establecer reglas claras de disciplina. Centrarse más en lo que el niño puede hacer que en la prohibición. Dar a conocer las consecuencias si no se cumple con algo estipulado. Los puntos básicos de disciplina no son negociables. Si ya se ha establecido que no se permite determinada conducta, evitar hacer excepciones ya que ocasiona confusión y da margen a la desobediencia.
- Dar las indicaciones con exactitud y respeto, mirando a los ojos en lugar de gritarle.
- Reconocer los esfuerzos que hace tu hijo. Si no logra el objetivo deseado ayudarle a que repita la tarea hasta que lo logre. Motivar para el éxito en lugar de utilizar la amenaza o centrarse en el fracaso.
- Los premios deben ir más encaminados a fomentar la autoestima y reconocimiento de su esfuerzo que hacia cosas materiales. Así como los castigos deben ser siempre proporcionados a la falta cometida.
- Fijar una meta concreta y realista con el niño todos los días. Esto le ayudará a darse cuenta de sus logros y lo motivará a seguir progresando.
- Evitar hacer comparaciones entre hermanos. Cada hijo es único con sus cualidades y defectos. Ayudarlo a que se compare consigo mismo y se dé cuenta de sus progresos.
- Fomentar al máximo la convivencia familiar durante la semana y dedicar los fines de semana a realizar actividades que involucren a todos.

Ayudarlos a tomar decisiones. Proponer dos o tres opciones que le permitan libertad de elección lugar de elegir por él.

LOS NIÑOS OBEDIENTES. La obediencia y el buen comportamiento se aprenden en los primeros años de edad del niño, pero hemos de tener en cuenta que no aprenden solos, los padres debemos enseñar las buenas maneras paso a paso poniéndoles topes a modo de prohibiciones para evitar, al máximo, que aparezcan conductas desadaptativas.

¿CÓMO POTENCIAMOS LA DESOBEDIENCIA ? Una de las cosas más importantes que buscan los niños es la atención. Necesitan, por todos los medios, conseguir la inclinación o interés de sus padres, profesores y de las personas cercanas que les rodean, para ello, no dudan en utilizar cualquier estrategia para conseguir la tan ansiada atención, y por desgracia, casi siempre es “portándose mal”.

¿Qué pasa cuándo un niño se “porta mal”? , le regañamos, le castigamos....Pero cuando está tranquilo, quieto o callado decimos: “Ahora que está quieto no le digas nada...”
“Aprovechemos para adelantar”, justamente lo contrario de lo que tendría que ser.

¿QUÉ HACER? Si nuestro hijo presenta algún tipo de comportamiento no adecuado, podemos

poner en práctica el felicitarle por las respuestas o cosas que haga bien o incluso regular. Ignoremos las que haga mal y, si no hay más remedio, castigüemos cuando lo que haga esté muy mal. Pero ante todo, el refuerzo va a ser lo que consiga que la conducta se mantenga ya que estaremos prestándoles la atención que desean.

CLARIFIQUEMOS EL “PORTARSE BIEN” Y “PORTARSE MAL”. El hecho de decir “Pórtate bien” es muy frecuente, lo solemos decir todos, o casi todos, pero ¿qué quiere decir realmente?. El comportarse bien o mal es una cosa muy personal, subjetiva, lo que para unos padres está bien, para otros está menos bien, por ello, nuestros hijos han de saber exactamente qué pueden y deben hacer y qué pueden y deben no hacer. Esto es labor de nosotros, los padres, y nos va a costar mucho, pero siendo constantes, el resultado será muy satisfactorio.

YO TENGO POCO TIEMPO ¿QUÉ HAGO? Muchos de nosotros trabajamos muchas horas al día, tenemos poco tiempo para nuestra casa y poco tiempo para nuestros hijos, esto suele crearnos nerviosismo unas veces, y mala conciencia otras. Cuando la situación nos crea nerviosismo, tenemos tendencia a gritar, reñir o prohibir, cuando la situación nos crea mala conciencia o estamos cansados, perdonamos todo y consentimos todo. Con esto estamos creando inseguridad, esto es desastroso para ellos.

Intentemos relajarnos y, ya que tenemos poco tiempo, hagamos que este tenga gran calidad. Estemos con ellos el mayor tiempo posible, aunque después las tareas domésticas nos quiten tiempo de descanso, sentémonos con ellos a ver la tele explicándoles las cosas positivas o negativas que tiene, leamos con ellos, contémosles cuentos, juguemos, hablemos y contemos lo que nos ha pasado durante el día, esto es calidad.

CUÁNDO NO PARAN DE PEDIR ¿QUÉ? Muy frecuentemente sale por la boca de nuestros hijos un montón de necesidades, pero si damos todo ¿qué?. Evidentemente no podemos darles todo lo que piden, hemos de acostumbrarlos a que aprecien el valor de las cosas, a que sepan aceptar la frustración que conlleva el no poder tener todo lo que se pide, de lo contrario estaremos criando niños caprichosos y débiles ante las frustraciones. En la vida no lo van a tener todo, han de ir acostumbrándose a las negativas desde pequeños. Esto que parece exagerado o carente de sentido, no lo es. Cuando sean mayores, no estaremos siempre nosotros detrás de ellos para darles todos los caprichos a los que les hemos acostumbrado y se derrumbarán. La vida no va a ser tan benévola con ellos como lo somos nosotros y han de saber salir airoso.

Si somos fuertes ahora y aguantamos el tirón más tarde veremos los frutos de nuestro esfuerzo y estaremos orgullosos.