



Patricia Ramírez

<http://blogs.elpais.com/plena-mente/2016/05/diez-pautas-para-educar-a-los-hijos.html>

Educar es complicado, o no. Es complicado porque muchos padres imitan lo que vivieron en casa, y como con ellos funcionó, piensan que con sus hijos ocurrirá lo mismo. “Es que a mí mi padre me miraba en la mesa y no había que decir nada más y en cambio yo miro a mi hijo y me toma por el pito del sereno”. Pero lo que antes servía ahora no siempre funciona. La educación ha cambiado en todos los sentidos, y el sistema autoritario basado en el miedo, el castigo y el guantazo no se sostiene. Generaba respeto, normal. ¿Cómo no te iban a respetar si las consecuencias podían ser tremendas? Pero a cambio, perdías confianza, comunicación, cercanía. La nueva educación busca educar en el ejemplo a través de los valores que deseamos transmitir, dando confianza, autonomía, espacio, responsabilidad y mucha ternura. Educar con paciencia, buenos argumentos, comprensión y amor. Tiene la desventaja de que las personas no aprenden tan rápidamente como lo hacen cuando les humillas, gritas o pegas, pero indudablemente, es el camino correcto. Nada es infalible, pero si sigues estos diez consejos, igual encuentras que educar puede ser más sencillo de lo que imaginas.

1. **Olvida el mítico “no me obedece a la primera”.** Tú tampoco obedeces a la primera. Obedecer a la primera no es tan importante. En lugar de insistir en las mismas instrucciones -“te he dicho que te pongas con los deberes ya”-, trata de saber por qué no lo está haciendo. ¿Estará ocupado, en el baño, se habrá despistado? Pregunta si tiene algún impedimento para hacer lo que le has pedido y luego repítele de forma amable, clara y con una frase corta lo que esperas de él en ese momento: “Por favor hijo, ponte ahora con los deberes”.
2. **Agradece el cambio, la iniciativa o que te obedezca.** Los niños buscan la aprobación constante de los padres, así que cualquier refuerzo que reciben consolida sus hábitos: “Me siento orgulloso de que te pusieras a estudiar nada más merendar, eres un chico muy responsable”.
3. **Sé un ejemplo para ellos.** “No se grita, no se pega, no me contestes, comparte tus cosas, trata con respeto a tu hermano, ten paciencia, lo quieres todo y lo quieres ya” y muchas otras conductas que pedimos a los niños a diario. ¿Las practicas tú? ¿Gritas cuando tus hijos te desesperan, les pones la mano encima porque a ti te dieron una torta y no tienes ningún trauma (frase frecuente de los padres que dan azotes en el culo a sus hijos), compartes tus cosas con ellos (me refiero a las que se pueden compartir), lo comparas con su hermano haciéndole sin intención



de menos, tocas la bocina a la primera que el semáforo se pone en verde, te compras el último modelo tecnológico en cuanto sale al mercado? Ya sabes lo que decía Einstein: "Dar ejemplo no es la principal forma de educar, es la única".

4. **Descarta la frase "cuando seas padre, comerás huevo"**. La utilizas para justificar cosas que tus hijos no pueden hacer pero para las que tú si te das licencia.

5. **Cada vez que monte una pataleta, haz como si no fuera contigo**. No muestres que lo estás pasando mal. Dile con un tono de voz calmado que esperarás hasta que te obedezca y que tienes todo el tiempo del mundo para esperar. No mantengas mientras el contacto ocular, no te ríes, ni trates de ridiculizarle. Simplemente, pasa.

6. **Es importante no cambiar todo lo que te moleste de golpe**. La memoria del niño no es capaz de memorizar muchas órdenes a la vez. Hay que hacer una lista de todos los comportamientos que quieras modificar de tu hijo, luego elegir el comportamiento que más te molesta, y dedicarle un tiempo hasta que se modifique. Luego escoges otro comportamiento y así hasta que se agoten todos.

7. **Los comportamientos a los que se les hace caso tienden a repetirse, aunque le regañes**. Los comportamientos a los que no se les hace caso, se extinguen, desaparecen. Así que estar muy encima de todo en lo que se equivoca hará que aprenda a obtener atención cuando se comporta de forma indebida. De hecho hay niños que no reciben atención cuando se portan bien y aprenden que la única manera de tener a sus padres encima es molestar y llamar la atención.

8. **Habla en términos positivos del niño**. No le critiques, ni le juzgues, ni hables mal de él a la abuela, a tu pareja o a sus seños del cole. Haz todo lo contrario, trata de que te escuche hablar de todas sus bondades. Hazlo como si no se diera cuenta, pero que sepas que te está escuchando. Se sentirá muy reconfortado de escucharte, sabrá lo que valoras de él y querrá volver a repetirlo con tal de que sigas hablando bien de él.

9. **Cumple con lo que le prometas**. Ten palabra con tus hijos. Es preferible no prometer nada, a hacerlo y no cumplirlo.

10. **No le hagas saber que puede contigo**. Es la mejor manera de perder las batallas con él. Es importante que el niño no note que puede con vosotros, que no os pone nerviosos, que os da igual que se enfade.