

# Disciplina Positiva: 5 Formas de Cambiar el Comportamiento Desafiante

<http://disciplinaenpositivo.com/2013/06/04/disciplina-positiva-5-formas-de-cambiar-el-comportamiento-desafiante-del-nino/#more-309>



El uso de la **Inteligencia Emocional** vuelve a ser una herramienta fundamental en situaciones de comportamientos desafiantes de los **hijos**.

Sabemos, como padres, que mantener la calma y la compostura es la primera vía para que el hijo también se apacigüe. Los recursos de Disciplina Positiva como éste y como los que quiero comentar nos ayudarán a no ponernos también nerviosos y acabar siendo el blanco de sus iras.

Hemos de saber que el tiempo que tarda un niño en calmarse y resolver el problema depende de 3 cosas:

1. Tus habilidades comunicativas tanto verbales como no verbales para que el niño obedezca.
2. Tu capacidad y tiempo para afrontar la situación con calma.
3. Tus herramientas y recursos para resolver problemas en general.

Por tanto, si nos implicamos en mejorar estos puntos con *motivación* y ejercicios de *crecimiento personal*, conseguiremos hacer desaparecer la resistencia del niño.

Aquí anoto **5 formas de cambiar el comportamiento desafiante del niño** (Disciplina Positiva):

- Utiliza menos palabras (o ninguna). Tu hijo en estos momentos no reacciona a lo que dices, reacciona a cómo lo dices. Por eso es mejor permanecer en silencio. Cuando se haya tranquilizado se le puede repetir de manera calmada y en voz baja las órdenes o la petición.
- Dale dos alternativas. Está bien ofrecer alternativas, pero si son demasiadas se puede sentir abrumado para elegir. Si no hay alternativa, se rebelará. Las dos a ofrecer deben gustarte por igual para que no te importe su elección.
- Avisar con antelación cuando debe hacer su tarea. En muchas ocasiones esperamos que actúen inmediatamente. Lo mejor es hacer pre-avisos para que se vayan mentalizando que deberán iniciar una nueva actividad.
- No des órdenes preguntado. Se deben dar las órdenes con tono de voz neutral dirigiendo lo que se debe hacer y cómo debe hacerse.
- Haz el seguimiento. Si después de avisarlo 3 veces, el niño no se mueve, debes cogerlo cariñosamente e iniciar con él la acción, dejándole que continúe solo. Si empieza a quejarse, no le contestes, ignóralo

Como puedes ver en estos 5 consejos, se trata de cambiar nuestras actitudes como padres, aplicando **Disciplina Positiva** y Estrategias para Aprender estas nuevas formas de comportarse.

Puedes encontrar más ejercicios y recursos de motivación para alentar el mejor comportamiento de tus hijos.