

DIEZ INDICACIONES PARA SER BUENOS PADRES

1. Demuéstrale lo mucho que le quieres.

No es suficiente con atender cada una de sus necesidades: acudir a consolarle siempre que llore, preocuparse por su sueño, por su alimentación; los cariños y los mimos también son imprescindibles. Los padres que no escatiman besos y caricias tienen hijos más felices que se muestran cariñosos con los demás y son más pacientes con sus compañeros de juegos. Hacerles ver que nuestro amor es incondicional y que no está supeditado a las circunstancias, sus acciones o su manera de comportarse será vital también para el futuro.

Eso no implica que dejen de respetarse las normas de convivencia.

2. Mantén un buen clima familiar.

Para los niños, sus padres son el punto de referencia que les proporciona seguridad y confianza. Aunque sean pequeños, perciben enseguida un ambiente tenso o violento. Es mejor evitar discusiones en su presencia, pero cuando sean inevitables, hay que explicarles, en la medida que puedan comprenderlo, qué es lo que sucede. Si nos callamos, podrían pensar que ellos tienen la culpa.

Si presencian frecuentes disputas entre sus padres, pueden asumir que la violencia es una fórmula válida para resolver las discrepancias.

3. Educa en la confianza y el diálogo.

Para que se sientan queridos y respetados, es imprescindible fomentar el diálogo. Una explicación adecuada a su edad, con actitud abierta y conciliadora, puede hacer milagros. Y, por supuesto, ¡nada de amenazas! Tampoco debemos prometerles nada que luego no podamos cumplir; se sentirían engañados y su confianza en nosotros se vería seriamente dañada.

4. Debes predicar con el ejemplo.

Existen muchos modos de decirles a nuestros hijos lo que deben o no deben hacer, pero, sin duda, ninguno tan eficaz como poner en práctica aquello que se predica. No olvidemos que ellos nos observan constantemente y "toman nota". No está de más que, de vez en cuando, reflexionemos sobre nuestras reacciones y el modo de encarar los problemas.

Los niños imitan los comportamientos de sus mayores, tanto los positivos como los negativos, por eso, delante de ellos, hay que poner especial cuidado en lo que se dice y cómo se dice.

5. Comparte con ellos el máximo de tiempo.

Hablar con ellos, contestar sus preguntas, enseñarles cosas nuevas, contarles cuentos, compartir sus juegos. Cuanto más pequeño sea el niño, más fácil resulta establecer con él unas relaciones de amistad y confianza que sienten las bases de un futuro entendimiento óptimo. Por eso, tenemos que reservarles un huequcito diario, exclusivamente dedicado a ellos; sin duda, será tan gratificante para nuestros hijos como para nosotros.

A ellos les da seguridad saber que siempre pueden contar con nosotros.

6. Acepta a tu hijo tal y como es.

Cada niño posee una personalidad propia que hay que aprender a respetar. A veces los padres se sienten defraudados porque su hijo no parece mostrar esas cualidades que ellos ansiaban ver reflejadas en él; entonces se ponen nerviosos y experimentan una cierta sensación de rechazo, que llega a ser muy frustrante para todos. Pero el niño debe ser aceptado y querido tal y como es, sin tratar de cambiar sus aptitudes.

No hay que crear demasiadas expectativas con respecto a los hijos ni hacer planes de futuro. Nuestros deseos no tienen por qué coincidir con sus preferencias.

7. Enséñale a valorar y respetar lo que le rodea.

Un niño es lo suficientemente inteligente como para asimilar a la perfección los hábitos que le enseñan sus padres. No es preciso mantener un ambiente de disciplina exagerada, sino una buena dosis de constancia y naturalidad.

Muchos niños tienen tantos juguetes que acaban por no valorar ninguno. A menudo son los propios padres quienes, como respuesta a las carencias que ellos tuvieron, fomentan esa cultura de la abundancia. Lo ideal sería que poseyeran sólo aquellos juguetes con los que sean capaces de jugar y mantener cierto interés.

8. Los castigos no le sirven para nada.

Los niños suelen recordar muy bien los castigos, pero olvidan qué hicieron para "merecerlos". Aunque estas pequeñas penalizaciones estén adecuadas a su edad, si se convierten en técnica educativa habitual, nuestros hijos pueden volverse increíblemente imaginativos.

9. Prohíbele menos, elógiale más.

Para un crío es tremendamente estimulante saber que sus padres son conscientes de sus progresos y que además se sienten orgullosos de él. No hay que escatimar piropos cuando el caso lo requiera, sino decirle que lo está haciendo muy bien y que siga por ese camino. Reconocer y alabar es mucho mejor que lo que se suele hacer habitualmente: intervenir sólo para regañar.

Siempre mencionamos sus pequeñas trastadas de cada día. Si, con un gesto cariñoso o un ratito de atención resaltamos todo lo positivo que nuestros hijos hayan realizado, obtendremos mejores resultados.

10. No pierdas nunca la paciencia.

Por más que parezcan estar desafiándote con sus gestos, sus palabras o sus negativas, nuestro objetivo prioritario ha de ser no perder jamás los estribos. En esos momentos, el daño que podemos hacerles es muy grande. Decirles: "No te aguanto"; "Qué tonto eres"; "Por qué no habrás salido como tu hermano" merman terriblemente su autoestima. Al igual que sucede con los adultos, los niños están muy interesados en conocer su nivel de competencia personal, y una descalificación que provenga de los mayores echa por tierra su autoconfianza. Contar hasta diez, salir de la habitación..., cualquier técnica es válida antes de reaccionar con agresividad ante una de sus trastadas.