

¿ SE DEBEN PONER LÍMITES ?

Esta primera charla tiene un subtítulo que es realmente lo que tratamos de conseguir con estas jornadas. Aprender a ser padres, algo complicado, difícil y para lo que necesitaremos toda una vida, asumiendo que cometemos muchos errores y tratando de reconocerlos y modificar nuestras conductas. A veces nos encontramos con padres que no han sabido ejercer como tales, y eso hace que en un momento determinado, cuando tienen serios problemas con sus hijos se pregunten que es lo que han hecho mal, en qué han fallado... por eso hoy vamos a tratar de definir cuales son nuestras armas como padres, cuales son las pautas que debemos seguir para evitar que luego sea , sino demasiado tarde (nunca es tarde para un padre) al menos mucho más difícil. Es sin duda la tarea más difícil de la vida de un adulto .Es pues lógico que sientan angustia y desconcierto por enfrentarse a una realidad para la cual no están preparados y es por esto que la finalidad de esta información es arrojar en lo posible una luz en ese túnel oscuro en el que a veces puede convertirse la educación de los hijos, y el que muy a menudo los padres se encuentran solos y sin ayuda.

Por eso...¿Se deben poner límites? ¿ Como debo reaccionar ante mis hijos? ¿ No es mejor ser un buen colega? Estas son las preguntas que durante muchos años he oído a la gran mayoría de padres. Recuerdo a más de una madre comentar que nadie les había dicho que los niños vienen sin el libro de instrucciones, y que realmente era muy difícil la tarea que les venía encima. Evidentemente esta información no será como un manual de funcionamiento, entre otras cosas porque cada uno de sus hijos, es único e irreplicable. Sólo podremos entonces dar una serie de pautas, de conductas a seguir ante circunstancias concretas y espero que les sirva de ayuda en la tarea mas difícil, pero también más hermosa del mundo: Educar a los hijos.

¿PORQUÉ SON NECESARIOS LOS LÍMITES?

- Porque el niño se siente seguro y protegido
- Porque las normas les ofrecen una estructura sólida a la que aferrarse y son una referencia.
- El niño ve que los padres son fuertes y consistentes y se sentirá mucho más inclinado a identificarse con ellos.
- Ayudan al niño a tener claros, determinados criterios sobre las cosas y son referencias constantes.
- Enseñan al niño que debe renunciar a veces, que debe aceptar el no y es una forma de enseñarle a enfrentarse luego a las frustraciones de la vida.
- El niño aprende valores : (orden, respeto, tolerancia)



Los niños necesitan que tu les pongas límites para que ellos puedan reconocer y respetar los límites de otras personas. Sino no sabrán distinguir claramente lo que deben o no hacer, lo que está bien y mal.

Al poner límites, les protegemos de muchos de los riesgos que todos tememos, de las adicciones, de alcoholismo, drogas o comportamientos delictivos, puesto que les enseñamos a cumplir unas normas, un orden y un respeto , siempre desde el afecto y la congruencia. Los límites le enseñan a organizarse y a tener buenos hábitos que serán un valor seguro para su vida.

Si esto es así ¿porqué no ponemos límites a nuestros hijos?. Los estilos educativos oscilan como tantas otras cosas como un péndulo. Nuestro estilo educativo ha ido desde una disciplina exagerada, restrictiva y represora (la letra con sangre entra) hasta el otro extremo en el que todo está permitido, y donde los padres pasan a ser colegas de sus hijos. En la actualidad la educación que se basa en la autoridad nos horroriza. La palabra “ disciplina” y autoridad es equiparada normalmente a las palabras castigo y represión, y la evitamos por miedo a parecer unos padres anticuados, reaccionarios. Suena a coacción y a dominio, a prohibición que no tiene nada que ver con la democracia en la que vivimos. Sin embargo la palabra autoridad se deriva del verbo latino "augere", que quiere decir ayudar a crecer y esta es en realidad la meta de cualquier padre.

¿QUÉ TIPO DE PADRES NO SABE IMPONER LÍMITES ADECUADOS?

- Padres que han tenido una educación autoritaria y restrictiva, que han sido humillados o maltratados de alguna forma. Estos padres quieren ser diferentes para con sus hijos, desean actuar de forma totalmente diferente y son padres que han desarrollado un cierto temor a la autoridad. Están bloqueados y no saben actuar con firmeza por miedo a reproducir el estilo educativo que ellos han “ sufrido”. La consecuencia es una nula exigencia hacia sus hijos para que no se sientan como ellos se han sentido. No quieren ser violentos ni distantes, desean complacer todos los gustos de sus hijos, aun a costa de grandes sacrificios.
- Padres que pasan por situaciones críticas: Los límites se pierden en situaciones críticas como un divorcio, ya que los padres pueden tomar la actitud de sobre-proteger desde el dolor o desde la culpa. Todos sabemos cuantas veces se utiliza a los niños para hacerle daño al ex



cónyuge, y eso implica muchas veces tener estilos educativos totalmente contrarios, intentar ganarse al niño, “comprando” su cariño a base de no establecer límites. Es básico que los padres separados sepan que deben estar de acuerdo en la educación de los hijos.

- Padres con poco tiempo .Otro factor que ha jugado un papel relevante es el hecho del breve tiempo que dedican los padres a sus hijos, por asuntos laborales. Estos padres delegan la educación en los colegios. Ellos simplemente se dedican a pasar con ellos buenos ratos, y su propio sentimiento de culpa hace que caigan en la trampa de no poner límites ni reglas, puesto que como en el caso de los padres separados, también tratan de compensar la falta de tiempo, de afectividad hacia sus hijos, con un exceso de permisividad puesto que sienten que sus hijos están carentes de la atención y el cariño que deben darles.
- Padres inseguros y con poca autoestima, que desean ser aceptados por sus hijos, y que no confían en sus propias decisiones ni en su capacidad para defenderlas. Por tratarse, en algunos casos, de personas inseguras lo único que tratan es el ser aceptados por sus hijos.
- Padres que discrepan en la educación de sus hijos: es decir, también se trata papás y mamás que tienen, entre sí, opiniones distintas sobre un mismo asunto y suelen desacreditar al otro delante del niño . No existe respeto entre ellos y tampoco son coherentes. Nunca se apoyan y el niño va jugando con uno o con otro, dependiendo de lo que trate de conseguir. Si la madre le dice a su hijo que no vea más la televisión y dice NO, el padre dice SI o trata de convencerla.
- Padres superprotectores y que miman exageradamente : Temen tanto por sus hijos que no les llegan a poner límites, puesto que en realidad ellos están siempre detrás de él. No le dejan enfrentarse a nada, siempre han estado volcados en el niño y cuando éste tiene que enfrentarse a la vida, se encuentra sin recursos y puede que en la adolescencia presente crisis patológicas, para romper el cordón umbilical que le une a unos padres para quienes ha sido siempre el centro de su vida. Estos padres no le niegan nada al niño, viven por y para él, y acaban no pudiendo controlar sus exigencias.



- **Padres inmaduros con miedo al enfrentamiento.** Es imposible educar sin intervenir. En ocasiones esta falta de autoridad, esconde también un deseo de no tener conflictos. Sabemos que el niño no aceptará de buen grado nuestra negativa. Resulta más cómodo no luchar contra él y permitirle que haga lo que quiera sin ponerle demasiadas impedimentos. No viven para el niño como los padres superprotectores, sino que bajo el pretexto de no “traumatizar” o no frustrar al niño esconden realmente su falta de autoridad, cuando no es simplemente por comodidad e inmadurez para la paternidad. Este es quizás el error más frecuente en la actualidad. Todos conocemos los padres que dejan que sus hijos hagan siempre lo que quieran aunque eso conculque los derechos de los demás, o de ellos mismas. Consienten comportamientos violentos o de falta de respeto, porque son muy pequeños, padres que disculpan siempre el comportamiento del niño (está cansado) o que echa la culpa a los demás, (empezó el otro niño) , y que instauran de esta forma el germen de la mala educación... de esta forma mientras son pequeños aún tienen un cierto control que pierden totalmente en el momento de la adolescencia que es cuando recurren al especialista ante el comportamiento y la conducta del joven tirano.
- **Padres autoritarios:** Es un tipo de padres quizás menos frecuentes pero que existen. Son el otro extremo de la permisividad. Son controladores, perfeccionistas y anulan la personalidad de los niños, puesto que sólo persiguen la obediencia para demostrar su poder y control. No negocian nunca lo que implica rigidez e inflexibilidad, es realmente un abuso de poder. No existe comunicación , solo la obediencia por la obediencia .Es tan negativo para la educación como la permisividad e igual de peligroso. Un camino ideal para que en la adolescencia se rompan las relaciones entre los padres y los hijos.
- **Padres que no pueden mantener el no.** Es decir que no saben mantener claros los límites. El NO no debe negociarse .Cuando usted vaya a decir no a su hijo, piénselo bien, porque no hay marcha atrás. Si usted le ha dicho a su hijo que hoy no verá la televisión, porque aún no ha hecho los deberes, no debe volver atrás, o reconsiderar su No, porque el niño llore o le suplique. Si no sabe mantenerlo el sabrá que puede conseguir sobrepasar otra vez los límites.. y cuanto rato. Cuando pongas un límite es muy importante estar muy claro de hasta dónde es el límite. En este sentido, son irrealistas, los Noes que se refieren a largo tiempo, como no saldrás más, o no verás más la televisión, porque lo más probable es que no podamos cumplirlo.



- **Padres inconsistentes:** No es un tipo de educación extraña. Desafortunadamente muchas veces los límites o las prohibiciones dependen del estado de ánimo de los padres. Hoy vengo cansado y te dejo ver la televisión hasta las doce porque yo me voy a la cama, o bien hoy estoy de mal humor y te riño o grito por la misma situación. . Es curioso cómo permitimos que nuestro estado de ánimo intervenga en nuestra manera de poner límites. Lo ideal es que las reglas y las consecuencias que se deriven de su incumplimiento sean claras independientemente de nuestro estado de ánimo. Son padres que acostumbran a no cumplir ni las promesas ni las amenazas. Esto el niño lo aprende rápidamente.
- **Padres que pierden el control:** El hecho de perder el control en determinadas situaciones no es infrecuente y no debemos culpabilizarnos por ello. Podemos gritar y perder los estribos. Hay que tener en cuenta que la educación es una tarea diaria y muy costosa. Lo más importante es que esta no sea nuestro sistema educativo habitual, porque entre otras cosas conlleva un abuso de la fuerza que puede lastimar al niño. Un niño que vive entre gritos, es un niño acostumbrado a la violencia verbal y que muy probablemente responderá de igual forma. Además, a todo se acostumbra uno. Todos hemos oído alguna vez al niño que dice, es papá quien manda... mamá solo grita. El extremo del grito, de perder el control es evidentemente el maltrato psíquico, o físico, lo cual es por supuesto mucho más grave. De esos gritos podemos pasar por falta de autocontrol a humillar o a maltratar al niño, lo que marcará al niño para toda la vida.
- **Padres poco informados.** Padres que no conocen el desarrollo físico, y emocional por el que atraviesan sus hijos en las diferentes etapas evolutivas, lo cual provoca que los padres no puedan comprender y responder adecuadamente a las necesidades de sus hijos, que no sepan diferenciar qué se les puede pedir en cada etapa.

A veces no son tan claros los estereotipos, unas veces los mismos padres pueden presentar distintos estereotipos a lo largo de la vida y la educación del hijo, lo que todavía es más desconcertante. A veces son permisivos mientras los niños son pequeños, tienen el control sobre ellos y no necesitan poner límites, porque aún son pequeños. Esos mismos padres luego en la adolescencia pueden convertirse en padres rígidos, intentando que el niño se comporte como antes, como cuando era pequeño. No admiten la separación y pueden acabar como padres excesivamente rígidos, con normas inadecuadas para la edad.



Veamos cuales son las consecuencias del problema de estos padres para poner unos límites adecuados. Este es el perfil de los chicos...

¿ CUALES SON LAS CONSECUENCIAS PARA LOS HIJOS?

El no poner ningún tipo de límites al comportamiento del niño trae indeseadas consecuencias, y este podría ser el perfil de un niño al que no se le han puesto los límites adecuados.

Estas son las características del pequeño tirano:

- Tienen entre 3 y 18 años
- Suelen ser muy inteligentes, " espabilados " y manipuladores.
- Egocéntricos, egoístas , intolerantes y caprichosos.
- No toleran un No, siempre se les ha dicho sí.
- Mandan en casa; no piden, sino que exigen y amenazan... si no me compras, si no me das, si no me dejas.
- Se enfada frecuentemente y discute con los adultos a los que no suele respetar. Es rencoroso.
- Culpa a los demás de sus errores
- No toleran las frustraciones puesto que nunca se han enfrentado a ella.
- Tienen todo lo que quieren, sobretodo cosas, objetos, (coches fantásticos con 3 años, móvil con diez, la última consola, etc...). Son en realidad máquinas de comprar. De esta forma su autoestima está ligada a tener y poseer " quiero lo mismo que ese otro niño", " cómprame como a.."
- En realidad su máxima aspiración es estudiar para ser rico.

Son niños en fin, que nunca tendrán lo suficiente, cuyas exigencias son cada vez más elevadas y donde las negativas serán cada vez vividas de forma peor. Sus frases más frecuentes son: "Como yo digo que es así, es así", "lo quiero porque sí", "lo quiero ahora" y "si no me dejas...". Si no se llega a controlar a estos pequeños dictadores , se van a transformar en adultos violentos, apáticos, desorientados y desmotivados

A veces el perfil es diferente, dependiendo del tipo de padres que hemos visto. Aquellos hijos de padres superprotectores pueden ser agresivos como hemos visto, pero también pueden desarrollar una personalidad tímida, inhibida, insegura, con la autoestima baja porque nunca se ha sentido seguros sin sus padres. No han tenido que enfrentarse a frustraciones, y no saben como hacerlo cuando realmente deben empezar a vivir por sí solos.. problemas que habitualmente vemos en clínica en la etapa de la adolescencia, que es por



decirlo de algún modo, la etapa en la que se puede ver el resultado del estilo educativo de los padres.

Tanto unos como otros.. La investigación demuestra que los chicos sin límites en la infancia pueden tener graves problemas de conducta y de aprendizaje en la escuela, tienen una adolescencia más conflictiva, y no tienen un buen futuro desde el punto de vista emocional.

Sin embargo y en el fondo, estos niños demandan otro tipo de atención y a veces su comportamiento es un grito de ayuda, niños que están desconcertados, que no tienen marcos de referencia y se sienten solos y perdidos en el mundo, que llegan a creer en la interrelación entre cariño y regalos, porque eso es lo que les han enseñado. ¿Cómo se sentiría uno si va de noche por una carretera que no conoce, sin señalamiento, ni líneas pintadas en la calzada ? Los límites siempre son delimitaciones del camino, son cercos que protegen , que dan seguridad.

Creo que ha quedado claro que los límites son necesarios. Sin embargo estoy segura de que no está en la mente de los padres, el educar a los niños sin ningún tipo de control. Aquellos que desgraciadamente lo hacen conscientemente suelen ser padres con trastornos patológicos que no son el objetivo de esta información.

Entonces... Si realmente tratamos de educar correctamente a nuestros hijos, con una ciertas normas...¿ Que es lo que falla? . Veamos los errores más comunes cuando tratamos de imponer límites.

¿CÓMO SE DEBEN PONER LOS LÍMITES?

Imponer límites no es fácil. Lo lógico es que tengamos que ir enfrentándonos a muchas discusiones y al hecho normal de que el niño se saltará muchas veces esos límites hasta que aprenda. Lo lógico es que desde pequeño, ya desde los tres años, el hecho de ir separándose de los padres , de ir evolucionando, marque el que el niño desafíe muchas normas. El período de oposición empieza con el “no” de los tres años, y la crisis más importante se presentará en la adolescencia. Es normal que el niño quiera probar, con su actitud y conducta, hasta dónde puede llegar y cuál es la reacción de los padres si se sobrepasa el límite marcado. Es, en ese momento, cuando hay que mostrarse firmes, pues si se cede, después costará mucho más retomar el respeto por las reglas. Veamos unas normas elementales.

- Los límites se deben poner desde pequeños. Hay que enseñarle desde pequeños. Es más fácil ceder a sus rabietas pero el niño debe saber que



el no es no. Debe aprenderlo desde pequeño. Es una forma de ir educando la voluntad, el pequeño aprende lo que puede y no puede hacer, porque sus padres mantienen el límite con afecto pero con firmeza. El enfrentarse siempre a la misma situación con la misma reacción paterna hará que el niño interiorice la norma.

- Los límites deben ser adecuados para su edad. No podemos pretender que un niño de cuatro años recoja todos los días su cuarto, o que un adolescente vuelva a casa a las ocho, como cuando tenía 12 años. Los límites deben ir adecuándose a la etapa evolutiva del niño. Deben también ser metas realistas. No le podemos pedir a un chico de 15 años que ha suspendido todas que para la próxima debe aprobarlas todas. Es importante que valoremos lo que haya hecho, porque eso le animará a continuar.
- Los límites deben ser claros y precisos : Requieren una total compenetración entre los padres. Deben ser muy concretos porque así los niños lo entenderán mejor. No generales como “debes portarte mejor, tienes que ser bueno” sino “sabes que no se enciende la tele cuando comemos” o “ recoge cuando acabes tus juguetes”. No son necesarios los discursos , son más eficaces las normas claras y sobretodo que el niño asuma lo que se le pide y porqué, sin demasiados rollos que le desvían del objetivo principal.
- Los límites deben hablarse, darles explicaciones, fijarlos de antemano, no dejarlos a la improvisación o al momento de rabia que tengamos, digamos que deben cumplir tres pasos: se habla, se les recuerda, hay consecuencias si no se cumplen. Pero debe hacerse desde la afectividad y el cariño.
- Si le obligamos a respetar ciertos principios nosotros debemos dar ejemplo, nosotros somos los modelos de identificación en los que el niño se va a fijar. No podemos castigarle por gritar o ser violento, si nosotros perdemos el control continuamente y doy puñetazos en la mesa. O decirle que no se debe mentir y decirle, “ esto no se lo decimos a tu padre”...se debe formar con hechos no con palabras.
- Procurar darle opciones: Eso hará que le resulte más fácil cumplir las normas. La libertad de elegir ayuda a reducir las resistencias en el niño. Por ejemplo: "Es la hora de vestirse, quieres ponerte el pantalón rojo o el azul". Si sabemos que odia la verdura cuando es pequeño, intentar darle otra opción que no sea tampoco su comida favorita, pero que pueda elegir la que menos le desagrade. Es una forma de que el tome decisiones, y enseñarle autonomía.
- Darle tiempo: El debe ir aprendiendo a respetar las normas y nosotros debemos tener paciencia y saber que fallará muchas veces. Necesita un período de aprendizaje y aprenderá más rápido si valoramos cada pequeño cambio, cada intento. El elogio y el refuerzo positivo es lo que



realmente cambia y modifica conductas. Ayudarle al principio a recoger los juguetes le enseñará mejor que si le damos gritos porque no ha recogido. Valorar siempre sus intentos y sus esfuerzos por mejorar.

- Debemos mantenernos firmes. En cuestiones importantes es bueno aplicar el límite sin titubeos. Para ser firme se ha de creer que se hace lo correcto; de lo contrario, se transmite poca convicción al pequeño. Por ejemplo si tu hijo está jugando un videojuego, necesitas antes de expresarle el límite tenerlo tú claro y que no vas a dejarte influenciar por sus ruegos o por sus lloros. Si es media hora de juego, es media hora. Lo más importante es cumplirlo.
- Debemos distinguir qué límites son inamovibles. Existen normas que son básicas que no pueden ser objeto de revisión o de diálogo. El respeto por los demás, por los padres, la violencia, la mentira, no consumir drogas, etc... Existen otras que son importantes, pero que admiten revisión o admitir que los hijos opinen siempre previamente a establecer dichas normas, por ejemplo la hora de llegada a casa, la responsabilidad en el estudio, y otras más accesorias y que son más negociables, determinadas tareas en casa, ropa, corte de pelo, etc...

¿Y SI SE TRASPASAN LOS LÍMITES? COMO APLICAR CONSECUENCIAS.

Es importante que los niños sepan de antemano que el incumplimiento de esta o aquella norma, trae consigo unas consecuencias. Son libres de elegir el cumplirlas o no, pero deben hacerse responsables de sus actos. Evidentemente esto se lo enseñaremos poco a poco. A un niño pequeño que no recoge la ropa y se la ha advertido, la consecuencia será que tendrá que recogerla en vez de ver los dibujos que en ese momento está viendo.

- El castigo no debe usarse como algo habitual. Pues perderá eficacia, y al niño no le enseñará nada. Cualquier acción (la riña, la prohibición de televisión y el azote) se verá debilitada con el abuso y no tendrá los efectos deseados cuando se necesite.



- Deben ser cortos y proporcionados a la acción. Si dura mucho hay momentos en los que los niños no saben porqué se les ha castigado. Ellos deben saber que es el resultado de su acción. Si he traído una nota de la tutora diciendo que no hace los deberes, podré decirle que hoy y mañana empleará el tiempo que tenía de televisión en hacer los ejercicios y así recuperará el tiempo que perdió . Debemos también darle la oportunidad de que con el cumplimiento de la norma vuelva a tener los privilegios normales. Si esta semana haces todos los días los deberes, te dejaré ver 15 minutos más la tele, o leer, o jugar a la videoconsola o chatear con los amigos. Y nunca, nunca dejarnos llevar por nuestro estado de ánimo para fijar un castigo. Este debe estar implícito en el hecho de no cumplir la norma.
- Deben ser educativos: Que tengan relación con la norma que se salte, así rectificaremos mejor la mala conducta . Has llegado quince minutos tarde, mañana vendrás quince minutos antes, y si persistes iremos aumentando el tiempo. No tiene sentido que si después de avisarle de las consecuencias deja la ropa por todo el suelo, que se le diga que no va a salir una semana. Se le puede decir que ahora debe recoger toda la ropa y también ayudarnos a nosotros en la colada.
- No retrase el castigo: si se va a castigar al niño, hágalo tan pronto como sea posible después de la mala conducta. Las conductas se controlan mediante consecuencias inmediatas, así que no hay que esperar “hasta que llegue papá”. Es básico que nos vean seguros y sin dudas.
- Deben ser comprendidos, debe saber porqué se queda sin tele o porqué tiene que pedir perdón si ha ofendido a alguien.
- Deben ser firmes: siempre las mismas consecuencias para las mismas faltas.
- Dar una oportunidad para la buena conducta: el efecto inmediato del castigo es enseñar al niño lo que es correcto, pero hay que darle la oportunidad de que demuestre lo que ha aprendido. Por eso es bueno darle la oportunidad de rectificar una primera vez y avisar que de continuar se aplicará la sanción.

Evidentemente no es necesario que diga que los castigos nunca deben atentar contra los derechos del niño, nunca deben ser violentos, ni humillarle o



ridiculizarle o exponerle a castigos degradantes y por supuesto evitar que la consecuencia de una falta del niño traiga también falta de amor, frases como “eres malo no te quiero”, aún persisten por desgracia en madres y padres. De ninguna manera “castiguemos” a nuestros hijos quitándoles el afecto o la atención.

De igual forma que se pueden aplicar castigos ante faltas reiteradas es aún mucho más importante elogiar al niño cuando hace bien las cosas. Está comprobado que es mucho más efectivo que los castigos. El elogio y la recompensa puede ser física, comentarios orgullosos acerca de lo que el niño ha hecho, abrazos, besos, y también establecer unos premios materiales, o bien permisos extras, si el niño consigue reeducar una conducta. Hay que pillar al niño haciendo también algo bueno, no siempre lo malo... este es un defecto muy frecuente en los padres actuales.

Permítanme darles unos pequeños consejos para facilitar la educación de sus hijos.

- Confíe siempre en su hijo. Si el ve que sus padres nunca confían en él, se hará merecedor de esa desconfianza.
- Los padres son antes que nada padres, después amigos. La autoridad bien llevada les ayudará a desarrollarse como personas.
- Sobre todo escúchelos. No subestime sus problemas aunque a usted le parezcan tonterías. Para ellos son importantes. Tenga tiempo para ellos. Es lo que necesitan. Comprenderlos y a veces volver la vista atrás y recordar nuestra infancia, sobre todo nuestra adolescencia que será una época de conflictos, siempre beneficiará nuestras relaciones.
- Deje que sean libres. Déjelos ser de la forma que quieren, quizás muy distintos a lo que usted espera... pero el ser padres es precisamente el educarlos para que vuelen solos y no nos necesiten. Esta es la tarea más generosa del mundo y ya se lo había dicho, la más difícil. No sea egoísta.
- No lo olvide siempre es mejor reforzar lo bueno que hace su hijo, que estar siempre atento a lo malo.
- Expresé usted sus emociones y deje que el exprese las suyas, si lo hace de una forma respetuosa le estamos enseñando a ser inteligente emocionalmente y eso le hará más feliz.
- Reconozca que usted también puede equivocarse y dígaselo, eso le hará más cercano.
- Pero sobre todas las cosas, demuéstrole siempre su cariño, su afecto incondicional, está demostrado que los niños que se sienten queridos son más inteligentes, más capaces, crecen más por fuera y por dentro., el amor es siempre su mejor vitamina...

Y ahora no quiero dejar de compartir algo que he leído en internet, una de esas hermosas cosas que una se encuentra en la red, de cuya paternidad nadie se



ha hecho responsable pero que es un resumen de lo que yo he tratado de exponer.

Quiéreme así por favor:

No me des todo lo que pido. A veces sólo pido para ver hasta cuánto puedo coger.

No me grites. Te respeto menos cuando lo haces, y me enseñas a gritar a mí también, y yo no quiero hacerlo.

No me des siempre órdenes. Si a veces me pidieras las cosas, yo lo haría más rápido y con más gusto.

Cumple siempre las promesas, buenas o malas. Si me prometes un premio, dámelo; pero también si es un castigo.

No me compares con nadie, especialmente de la familia. Si tú me presentas mejor que a los demás, alguien va a sufrir; y si me presentas peor que los demás, seré yo quien sufra.

No cambies de opinión tan a menudo, sobre lo que debo hacer, decide y mantén esa decisión.

Déjame valerme por mi mismo. Si tú haces todo por mí, yo nunca podré aprender.

No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentir mal y perder la fe en lo que dices.

No me exijas que te diga el porqué cuando hago algo mal. A veces ni yo mismo lo sé.

Admite tus equivocaciones: Crecerá la buena opinión que yo tengo de ti y me enseñarás a admitir las mías.

Trátame con la misma amabilidad que a tus amigos: ¿ Es que por que seamos familia no podemos tratarnos con la misma cordialidad que si fuéramos amigos?

No me digas que haga una cosa si tu no la haces. Yo aprenderé y haré siempre lo que tú hagas aunque no lo digas; pero nunca haré lo que tu digas y no lo hagas.

No me digas no tengo tiempo, cuando te cuente un problema mío. Trata de comprenderme y ayudarme.

Y quiéreme y dímelo: (el subrayado y la negrilla son míos). A mí me gusta oírtelo decir, aunque tú no creas necesario decírmelo...

Con cariño de vuestro hijo...



BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA:

- **Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen** Por A. Faber y E. Mazlish ;Editorial Medici.
- **El arte de ser padres** Por Miguel Ángel Conesa Ferrer ; Editorial Edaf.
- **Decir "no"** . Por Asha Phillips ; Editorial Plaza y Janés.
- **www.psicologoinfantil.com**
- **www.solohijos.com**

