CÓMO SER MEJORES PADRES

Todos los niños necesitan tres tipos de recursos internos para transformarse en adultos con autodisciplina:

1. Buenos sentimientos sobre ellos mismos y sobre los demás;
2. Conocimiento de lo bueno y lo malo; y
3. Alternativas para resolver problemas.

Doce estrategias para criar niños que se transformarán en adultos responsables y con autodisciplina:

1. Exprese amor

Las expresiones de amor pueden evitar comportamientos indeseables. Cuando un niño se siente amado, quiere complacer a sus padres. Una expresión facial cálida, un tono amable, una mirada de admiración y entusiasmo, un abrazo; todas estas cosas expresan amor de un modo inconfundible. Los niños mayores, que pueden sentir vergüenza ante las expresiones físicas, aprecian la atención personal de un juego o tiempo especial con la madre o el padre.

2. Sea predecible

Los niños prosperan en un entorno predecible. Las rutinas y los cronogramas llevados a cabo en forma consistente proveen sentimientos de estabilidad y seguridad. Esto también sucede con la conducta de los padres – con mensajes consistentes y consecuencias consistentes y razonables se logra que un niño confíe en sus padres. La consistencia puede ser especialmente importante para algunos niños con pérdida auditiva que tienen aptitudes de comunicación limitadas.

3. Comuníquese claramente

Procure que sus palabras y acciones envíen el mismo mensaje. Los niños pequeños necesitan que les deletreen las cosas. Para enseñar un concepto abstracto como "compartir" use ejemplos.

Ante un desafío de comunicación debido a la pérdida auditiva, reconozca la necesidad de desarrollar estrategias deliberadas para cerrar la brecha. Con un niño que tiene pérdida auditiva, considere crear un modo rutinario de procurar que su mensaje haya sido comprendido de la manera deseada. Pídale que repita lo que comprendió. Represente o dramatice para enseñar técnicas productivas y apropiadas para preguntar que serán esenciales en el hogar, la escuela y todo el entorno del niño.

4. Comprender el comportamiento problemático

Al ser un buen observador, usted puede reunir información que lo ayudará a comprender qué significa el comportamiento problemático de su hijo. Busque un patrón. ¿Qué ocurre antes de que comience el comportamiento? ¿Cuándo, dónde y con quién ocurre? ¿Existe una causa física como el hambre o la fatiga? ¿La experiencia de comunicación fracasó y ocasionó frustración, ira y ataque? ¿Se siente amenazado, apurado o ignorado? ¿Busca atención su hijo de un modo poco atractivo? ¿Tiene dificultad para expresarse y proyectar su energía negativa de un modo físico? ¿Qué se necesita… castigo o consuelo?

5. Reconozca a su hijo siendo "bueno"

Es fácil dar por sentado lo que aprobamos, y difícil ignorar lo que no nos gusta. Esto hace que sea sencillo desatender oportunidades para elogiar el buen comportamiento en lugar de concentrarse en el mal comportamiento. Deje que su

hijo sienta su aprobación. Convierta las declaraciones negativas en positivas, por ejemplo, "Me encanta lo cuidadoso que estás siendo con ese vaso antiguo".

6. Genere un entorno seguro

A los niños les encanta explorar y progresar en entornos donde pueden tirar, trepar, separar y unir cosas nuevamente (tal vez). Esto no es ser travieso, esta es su naturaleza. Haga que su entorno sea seguro. Cuantas más cosas apropiadas tenga a su disposición para explorar, menos problemas con comportamientos inapropiados tendrá. Considere cómo se aplica esto a los adolescentes. Un entorno seguro es aquel que tiene normas y límites definidos y comprendidos.

7. Fije límites sensibles

Ni los padres ni los niños quieren vivir en una atmósfera policial en la que el exceso de normas hace que sea imposible infringirlas. Por lo general, los niños muy pequeños pueden recordar sólo unas pocas normas y se requiere mucha supervisión adulta para hacerlas cumplir. Haga que el lenguaje sea simple y directo, como: "Usa palabras. No golpes".

Los límites se expanden a medida que el niño crece. El cruzar los límites establecidos es un ejercicio en confianza entre los padres y los hijos. Si su adolescente demuestra un comportamiento responsable, debe ser recompensado con ciertos privilegios. Si demuestra falta de responsabilidad, los límites necesitarían ser trazados y definidos con mayor firmeza hasta que se reconstruya la confianza.

8. Cómo distender la explosión

Intervenga mientras su hijo todavía esté lo suficientemente calmado como para discutir un problema. Intervenga antes de que la ira se descontrole. Si ciertas situaciones son recetas para el desastre, hable al respecto anticipadamente y cree algunos planes para sobrellevarlas y resolverlas. En el caso de los niños con pérdida auditiva, es común no ser comprendidos debido a una diferencia en la comunicación o a una brecha en la comprensión, y esto conduce a la frustración y la ira. Anticipe este tipo de circunstancias. Los padres a menudo pueden ayudar a los niños a evitar una crisis señalando alternativas para resolver el problema que pueden emplearse antes de que este se transforme en un estado de crisis.

9. Enseñe buenas aptitudes para resolver problemas

Existen buenas soluciones para problemas, y soluciones no tan buenas para problemas. ¿Cómo logra que su hijo conozca la diferencia? Comience por designar claramente el comportamiento inaceptable y explique por qué. Continúe con sugerencias positivas para próximas ocasiones. En el caso de niños menores de cuatro, es mejor decir simplemente qué quiere que hagan la próxima vez. A los niños mayores de cinco que pueden expresarse y pensar en forma abstracta, pregúnteles qué sería mejor que hicieran la próxima vez. Sugiera alternativas adicionales. A medida que los niños crezcan y maduren, podrán emplear estas tácticas con más éxito si han practicado desde la infancia.

Si un problema proviene de las brechas en la comunicación, lo cual suele suceder con la pérdida auditiva, use las mismas estrategias y explote cada oportunidad para expandir la base del lenguaje del niño alrededor de la resolución del conflicto. El saber cómo expresar los pensamientos y sentimientos, y el exponer su postura aumentará el sentido de su hijo acerca de la capacidad para resolver exitosamente los problemas.

10. No reaccione exageradamente

El prestar demasiada atención a un comportamiento problemático puede crear otros problemas. El decirle a su hijo que vaya a un sitio "castigado" o el apartarlo del área de juego donde se comportó mal, genera una consecuencia del mal comportamiento sin dirigir la atención a la actividad.

11. Busque ayuda profesional cuando la necesite

La mayoría de los niños superan los problemas de comportamiento comunes con la paciente orientación de los padres y otros adultos que los cuidan. Pero para un pequeño porcentaje los comportamientos problemáticos persisten y pueden volverse serios. La ayuda profesional es un excelente recurso que puede proveer apoyo y un plan constructivo de acción.

12. Sea paciente con su hijo y con usted mismo

La mala conducta ocurre. Es parte de la naturaleza humana aprender de nuestros errores. Y una clave para el desarrollo psicológico saludable yace en la capacidad del niño de hacer eso mismo. Si usted cumple con los 12 pasos fielmente y continúa experimentando malos comportamientos en forma repetida, recuérdese que su hijo está en un proceso de aprendizaje llamado infancia. Su constancia, paciencia y amor le brindarán el apoyo necesario para transformarse en un adulto maduro.

Extraído y adaptado por Leanne Seaver, Colorado Hands & Voices, de Thelma Harms Ph.D., University of North Carolina, Chapel Hill