

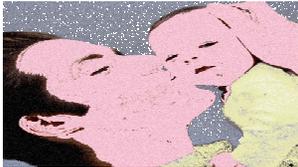
EDUCÁNDOME PARA EDUCAR

¿Soy el padre que quiero ser o sólo el que a duras penas puedo?

Padres son aquellos que Forman, no quienes traen niños al mundo.

La función primordial de los padres es entrenar a sus hijos para la independencia.

Este concepto remarca la importancia de enseñar a los hijos a valerse por sí mismos, a protegerse de los peligros y enfrentar las consecuencias de sus actos de manera exitosa.



La difícil tarea se complica aún más cuando estamos confusos respecto a las estrategias que funcionan y aquellas que son contraproducentes. Especialmente cuando la información que llueve sobre nosotros llega a ser contradictoria.

Hemos escuchado cientos de veces que una buena disciplina fomenta la responsabilidad, pero las nuevas corrientes hacen hincapié en fomentar la curiosidad, la creatividad y la iniciativa del niño.

Entonces, ¿qué método es adecuado? ¿Cuál es el punto de equilibrio entre impulsarlo a desarrollar su potencial y evitar convertirme en cómplice de una insubordinación patológica?

Los mejores criterios son aquellos basados en la calidad del afecto y la persecución de un entrenamiento que permita al niño discernir entre lo correcto y lo errado.

Reglas de Oro.

- Demuéstrale que lo amas y lo consideras un ser valioso.
- Evita las comparaciones verbales sobre sus aptitudes o fracasos.
- Realiza actividades con él como leer un libro o cuento, practicar algún deporte, armar rompecabezas o juego educativo.
- Dale instrucciones sobre acciones concretas. En lugar de decir "Compórtate", explícale que esperas que esté callado y en silencio, aclarándole por cuánto tiempo y el motivo por el que debe actuar de tal manera.
- Pon el ejemplo. Los niños aprenden lo que ven.
- Interésate por sus pasatiempos, problemas y amigos.
- Escucha con atención cuando él hable.
- Felicítalo o Recompénsalo por sus esfuerzos.
- Confía en tu hijo. Dale la oportunidad de demostrarte de cuánto es capaz.
- Admite tus propios errores.

Aunque los padres solteros disponen de menor tiempo para compartir con sus pequeños, ya que deben dividir su día entre el trabajo, las tareas domésticas y la educación elemental de sus niños, haciendo de padre y madre a la vez, reservar unas pocas horas a la semana o unos 30 minutos al día puede hacer la diferencia entre estrechar la relación con sus hijos o dejarlos crecer como extraños.

Para las parejas tampoco es sencillo. Ellas deben delimitar los espacios que dedicarán a los infantes, separándolos de aquellos otros destinados al fortalecimiento de su relación.



Será imprescindible coordinarse para planificar un mismo sistema bajo el cual reprenderán, darán permisos e impondrán disciplina. Procurando

abstenerse de enviar mensajes contradictorios que pudieran resultar confusos para los niños.

La Mejor Disciplina.

Pocas estrategias son más eficaces y permanentes que Educar en el Amor.



Educación en el Amor significa repetir incansablemente a tu pequeño que lo amas incondicionalmente, sin importar qué suceda...

...Que lo amas cuando lo castigas, y lo castigas porque lo amas.

...Que lo amas cuando lo corriges y lo amas cuando te enojas.

...Que lo amas cuando te preocupan sus acciones e insistirás por ello incansablemente en que se convierta en el mejor hombre o mujer que pueda ser.

Y a la hora de imponer disciplina, recuerda tú que lo amas y que ese amor te mantendrá firme, apoyándote en estos principios:

- 1) Establece reglas y especifica cuales serán las consecuencias de infringirlas.
- 2) Mantente firme cuando impongas un castigo.
- 3) Exige sólo en función de la edad y las capacidades de tu hijo.

- 4) Se paciente. Los niños se equivocarán muchas veces antes de recordar sin ayuda la manera de hacer las cosas.
- 5) Aprende a negociar de acuerdo al cumplimiento. Quien cumple mejor con sus responsabilidades merece mayores libertades.
- 6) Mantén la calma. Gritar, llorar y desesperarte es dar un permiso tácito a tus hijos para hacer berrinches, transmitiendo el mensaje equivocado de que esa actitud resuelve muchos problemas.
- 7) Contén la Ira. Los golpes e insultos asustan, no instruyen. Dejan heridas profundas en la psique del niño que torcerán sus relaciones en el futuro y los alejarán de ti en el presente.
- 8) Dale la oportunidad de explicarse. Algunas veces los hijos hacen elecciones que nos parecen equivocadas por razones moralmente correctas que deben ser tomadas en consideración.
- 9) Aléjalo de compañías nocivas.
- 10) Cumple tus Promesas. Perderás toda autoridad sobre tu hijo al no respetar los acuerdos que tú mismo haces con él.

DIANA CASTRO BARCALA

Psicóloga Clínica y Psicodramatista,
Diplomada en Terapia Familiar Sistémica, con 12 años de experiencia en práctica privada, impartiendo Psicoterapia Psicoanalítica Individual y de Pareja.

Ex Miembro del Instituto Mexicano de Tanatología y, actualmente, Miembro del Centro Mexicano de Estudios Psicodramáticos (CEPSI)

Ponencias y Talleres impartidos a nivel Internacional:

- Instituto de la Familia A. C. (IFAC) México, D. F.
- Centro de Atención Integral Colonia Roma. México, D. F.
- La Madriguera. México, D. F.
- III Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Póvoa de Varzin, Portugal.
- XV Congreso de la Federación Latinoamericana Analítica de Grupo (FLAPAG) en Zacatecas, México
- IV Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Buenos Aires, Argentina.
- XVI Congreso de Psicoterapia Analítica de Grupo en Panama City, Panamá.
- V Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Seattle, USA

Contáctate!

San Antonio, Texas:

(210) 630-0165

(210) 858-6702

México, D.F.:

25 81 33 99 Clave 55 54 33 65 80

Móvil 044 55 54 33 65 80

correo@dianacastro.com



CONSULADO GENERAL DE MÉXICO

PRESENTA EL BOLETÍN

EDUCÁNDOME PARA EDUCAR ¿Soy el padre que quiero ser o sólo el que a duras penas puedo?



**POR LA PSICÓLOGA CLÍNICA
DIANA CASTRO BARCALA**

**Consulado General de México
San Antonio, Texas**

127 Navarro St., San Antonio, Texas 78205

Tel: 210-227-9145

Extensiones: 225 y 230

FAX: 210-227-1817

www.consulmexsat.org



Horario de atención al público

de lunes a viernes de 8:30 A.M. a 2:00 P.M