



Tema 3

Padres preparados: pautas y estilos educativos

Este capítulo trata de cuatro criterios educativos: la *interiorización*, el *respeto*, la *autoridad* y la *afectividad* elementos básicos para abordar la educación de los hijos; de las herramientas para educar: las pautas y los estilos educativos y de tres principios importantes que hay que lograr en los hijos: la disciplina, las normas y los límites. Se incluye también una técnica de resolución de problemas.

Pretende proporcionarles herramientas para ejercer su función de padres.

Elaboración:
Agustín Durán Gervilla
María Dolores Tébar Pérez

3.1. CRITERIOS EDUCATIVOS

Los **critérios** son la base en la que se sustentan los padres para abordar el trabajo educativo, al tiempo que les da significado a la formación de las pautas y estilos educativos. Contemplamos los siguientes:

3.1.1. Interiorización

La interiorización es un proceso fundamental en la socialización y en el aprendizaje. Consiste en que el sujeto perciba, comprenda, asimile y acepte, "haciendo suyo", el mensaje que se le transmite. De esta forma lo incorpora a su mundo de conocimientos, ampliando con ello la percepción de la realidad. La interiorización es lo opuesto a la imposición.

Los padres no pueden estar siempre presentes para decir a sus hijos lo que está bien y lo que está mal, para recordarles cuáles son las reglas de comportamiento y asegurar su cumplimiento. De modo que las "guías" del buen juicio y las reglas que tienen verdadera importancia deben llegar a inculcarse de tal modo que los niños las comprendan, tengan su propio criterio y una conciencia que les "recuerde" lo que



está bien y lo que está mal. Con la interiorización, la disciplina (primer paso en el aprendizaje de normas) pasa a la autodisciplina (paso de rango superior). Cuando la autodisciplina empieza a asumirse, los niños llegan a portarse cada vez mejor, aun cuando no haya nadie presente para indicarles lo que deben hacer.

Naturalmente, todo esto no se consigue de la noche a la mañana. Es importante lograr primero el vínculo o apego del niño pequeño a sus padres: una relación creciente de afecto, sentimiento, respeto e incondicionalidad. Los padres que alimentan ese vínculo son las personas más importantes en ese mundo del niño, y los toma como modelos con los que se identifica y a quienes imita.

Cuando los padres critican o desapruaban lo que los hijos hacen mal, con respeto y cariño pero con decisión, si estos toman en serio lo que se les dice, y comienzan a considerar ellos mismos su mala conducta, entonces incorporan el juicio sobre lo que es conducta inadecuada ("interiorización"), un paso importante en el camino que lleva a la formación de su propia conciencia. ¡Y qué paso tan importante es éste! El ajuste a la sociedad (adaptación) comienza a producirse cuando los niños tratan de controlar sus impulsos porque saben que otros los desaprobarán.

Los niños que se sienten apartados o no queridos, por el rechazo de los padres como efecto de un castigo continuo y severo, no se identifican con el punto de vista de sus mayores cuando se les aplica la disciplina y, por consiguiente, es menos probable que acepten las críticas que se les hacen y que "interioricen" lo transmitido. Pero cuando se sienten queridos y

aceptados y los mensajes se les dan con cariño, respeto, y, con claridad, seriedad y autoridad, se facilita el proceso de comprensión del mensaje y su interiorización.

La interiorización de reglas, valores y juicios es una parte importante del desarrollo social y moral. Por una parte están las reglas convencionales de las buenas costumbres, las normas básicas de convivencia y la conducta correcta, es decir, los aspectos sociales; por otra las reglas que conciernen a la amabilidad y el respeto por los demás, a mantener las promesas, a ser honesto, etc. Estos últimos corresponden a los aspectos morales.

La interiorización es lo opuesto a la imposición. A veces los padres tienen que recurrir a métodos educativos impositivos. Probablemente en los primeros años de vida de una persona éste sea el método más común, dado que el niño/a aún no "razona" suficiente todavía. Pero no se olvide, el niño empieza a comprender y a razonar más pronto de lo que se imagina. Por tanto, trate de utilizar el método de la interiorización tan pronto como le sea posible. Trate siempre de hacerle razonar y comprender lo que desea inculcarle. Y, no obstante, cuando lleve un tiempo prudencial intentándolo y se encuentre agotado, no se preocupe, impóngaselo (si de lo que trata es razonable y urgente), si no, no pasa nada si lo aplaza para otro momento.

En el proceso mediante el cual el niño llega a actuar de acuerdo con las reglas y los valores de la sociedad, llegando a convertirse en un miembro de la comunidad que sabe autodominarse, uno de los primeros pasos es el desarrollo del **autocontrol**. Los niños aprenden a autocontrolarse como parte del proceso de aprender los valores y las normas de la sociedad en que habrán de convivir. Comienzan a asociar ciertas acciones prohibidas y situaciones peligrosas con la desaprobación o el castigo, de modo que los evitan; temen enfadar a sus progenitores o hacerse daño. La interiorización es fundamental para lograr el control. Los niños, y posteriormente los adolescentes, tienen que aprender a ponerles un freno a sus impulsos, a dominar sus deseos y a tolerar su frustración. El autocontrol es un aspecto importante de la personalidad. Usted puede ayudar a su hijo/a a lograrlo.

3.1.2. El respeto

El respeto es muy importante, ya que consideramos que está estrechamente relacionado con las pautas educativas que debe ejercer la familia y que condiciona, en gran manera, la forma de comportarse del niño, tanto individual como socialmente, con los adultos y con su grupo de iguales.

El respeto debe estar presente en todas las situaciones, en todos los comportamientos y en todas las circunstancias, empezando por los padres entre sí. Desde pequeño, el niño debe comprender que ante todo debe respetar los hechos, las personas (y sobre todo a las personas mayores), los objetos. La madurez será posible cuando se comprenda que la propia actuación tiene unos límites y que sólo se actúa adecuadamente cuando se comprende el entorno que le rodea y se es capaz de defender las ideas y razones con respeto, estableciendo unas pautas de reacción que tengan presente al otro y no sólo el yo.



Esta percepción del respeto lleva a adoptar formas positivas, como dialogar y defender lo propio, pero manteniendo siempre unos límites de corrección, de validez, lo que hará que sea posible ser respetado.

3.1.3. La autoridad y la afectividad

Generalmente se ha identificado la autoridad con el hombre y la afectividad con la mujer. Pero ambos criterios no son separables y deben darse en toda persona, pudiendo el niño recibir del padre tanto su firmeza como su cariño, así como de la madre su ternura y sus criterios, estables y firmes, que defiende y

hace cumplir las normas, sin la necesidad del apoyo del padre.

De este modo, es importante que ustedes como padres comprendan su papel educativo (en todas las edades) mientras los hijos están bajo su tutela y no son independientes. Deben asumir el papel no de amigos o "colegas", que no lo son, sino de padres amistosos, dialogantes, que tienen como responsabilidad la educación de los hijos, la transmisión de unos valores con los que, en muchas ocasiones, deberán enfrentarse con autoridad, aceptando o rechazando el comportamiento de los hijos y argumentando siempre el porqué del rechazo pero exigiendo el cumplimiento de unas reglas de juego establecidas con anterioridad, lo que no empobrecerá las relaciones afectivas, sino que, al contrario, las hará más firmes.

Recuerde

La autoridad está basada en:

- La responsabilidad que tiene como padre ante sus hijos y la sociedad.
- Sus obligaciones de enseñar, educar, formar y corregir.

La autoridad se ejerce:

- Con respeto por el otro.
- Con cariño y con la comprensión de que nadie nace enseñado.
- Con el razonamiento ajustado a la edad del niño.

No confundir autoridad con autoritarismo

El autoritarismo esta basado en:

- La ausencia de razonamiento.
- La imposición



Tenga cuidado con la sobreprotección

Puede provocar en el niño:

- Falta de responsabilidad.
- Falta de seguridad.
- Falta de autoconfianza.
- Falta de autoestima
- Falta de habilidades.

3.2. PAUTAS EDUCATIVAS

Las **pautas** son los medios de que dispone la familia para, a través de la práctica educativa (estilos), lograr los fines de la educación familiar.

La familia como núcleo primario donde el niño llega al mundo, donde va a establecer sus vínculos afectivos y va a despertar a cuanto le rodea, es el grupo social que va a tener más trascendencia para su desarrollo y equilibrio durante toda la vida.



Por estos motivos la familia, además de garantizar los cuidados necesarios para la salud física, debe ofrecer unas pautas educativas que permitan adquirir una madurez psicológica, emocional y personal evitando impulsividades, egocentrismos (interés en sí mismo), facilitando la reflexión y valoración de las situaciones en las que se debe vivir, haciendo posible la comprensión del mundo, de los demás y de las normas sociales, así como del papel personal que se debe desempeñar.

Para que las pautas educativas sean válidas, deben:

- Ser la práctica de unos criterios educativos que los justifiquen.
- Ser fundamentales. No deben someterse a modas ni estar caducas, ya que para garantizar la madurez del niño, deben ser permanentes y universales en nuestra cultura, no variando con el tiempo.
- Ser aplicables a cualquier individuo. No importa la edad, sexo y situación familiar o social.
- Tener como objetivo la estabilidad emocional de los individuos, la comprensión

de la realidad y la adaptación de todos a unas situaciones en las que el individuo podrá adaptarse con seguridad.

Es necesario que los niños dispongan de unas pautas o normas educativas que les van a servir como punto de partida y referencia para poder establecer sus propios juicios.

Algunos ejemplos de pautas que la familia debe transmitir y que determinarán el comportamiento del individuo tanto en relación a sí mismo como en relación a las personas que le rodean pueden ser:

- El **respeto** por las personas, el entorno en el que vive, los objetos...
- El **diálogo** como elemento básico de relación.
- La **autonomía** personal que haga posible la solución de determinadas situaciones.
- Un hábito de **reflexión** que lleve a analizar, valorar y aceptar voluntariamente las normas reconocidas como positivas para todos, evitando ser rebelde negativo, para poder ir adquiriendo, paulatinamente, una objetividad signo de madurez.
- El **compartir** con los demás sus cosas y su tiempo.
- La **comprensión** del punto de vista del otro y de los procesos de la vida.

- La **participación** para llevar al niño del egocentrismo (centrarse en sí mismo) al altruismo (pensar en los demás)
- La **responsabilidad** tanto por lo que hace referencia a sus propias cosas, a sus obligaciones (en la casa, en el colegio, etc.), como hacia los demás, ya que asimilando la necesidad de dar una respuesta personal a las situaciones, no se estará siempre pendiente de que se le resuelvan los problemas.

Hay dos **comportamientos**, que se suelen dar entre hermanos, que los padres deben tener en cuenta:

- Los celos
- Las agresiones

Los celos

Hablar de celos es hacer referencia a una situación vivida por una persona, frecuentemente de corta edad, la cual reacciona negativamente ante un cambio provocado por la llegada de alguien, un hermano, vivido y sentido como un intruso. El niño reacciona negativamente a esta nueva situación de forma

impulsiva y emocional, ya que teme perder el lugar que ocupa en el seno familiar, a la vez que teme perder el afecto de quienes le rodean o la forma como le quieren.



Evidentemente el niño pasará un período de adaptación como cualquier persona ante un acontecimiento parecido, pero si las pautas educativas se mantienen, la adaptación está, en la mayoría de los casos, garantizada. Usted como padre debe evitar a toda costa la comparación entre sus hijos, así como procurar tratar a los niños en función de la edad que éstos tienen y no por su condición. En este sentido el niño, sea cual sea el lugar que ocupa en la familia, no se verá tratado ni con

más exigencia ni con más privilegios, con lo que se facilita la adquisición de actitudes positivas hacia los hermanos ya que, todos a la misma edad, han tenido los mismos privilegios y las mismas obligaciones, pudiendo evitarse así los síntomas de: hijo único, del pequeño, del que está en medio, etc.

Las agresiones y las peleas

La agresividad infantil es, frecuentemente, la manifestación de un estado de tensión que lleva al niño a reaccionar ante las respuestas de los demás porque las siente como agresiones de las que hay que defenderse. Evidentemente en toda relación se producen momentos de tensión, ya sea en el juego, entre amigos, en el trabajo, etc., ya que la relación implica adaptarse mutuamente por lo que supone de comprensión, renuncia y diálogo.

También son frecuentes las discusiones y peleas entre hermanos, pero lo que no debemos es justificarlo, sino procurar que vayan superando esos conflictos naturales utilizando las pautas educativas de la comprensión, del respeto, el diálogo, la reflexión, y el compartir.

Las pautas educativas que se deben transmitir han de basarse en la tolerancia, el diálogo y la capacidad de respetar y comprender al otro y no sólo a uno mismo. Cuanto más equitativas sean las reacciones de ustedes como padres, dando a cada uno la razón que tiene en cada momento o situación, al margen de la edad, más fácilmente estimulará la capacidad de análisis objetivo, a la vez que facilitará la comprensión de las situaciones, favoreciendo con ello a todos, ya que se evitarán favoritismos, consentimientos absurdos en función de unas variables que no los justifican (edad, condición, etc.), potenciando con ello la madurez de todos.

Estos dos comportamientos deben llevarse con tiento, con reflexión y de forma equitativa para así evitar las reacciones infantiles inadecuadas o no deseables y potenciar como normales las que deben ser.

Transmisión vivencial

Todas estas pautas educativas y estos criterios no debe recibirlos el niño como un aprendiza-

je teórico. El único medio para recibir este aprendizaje y que verdaderamente tenga eficacia es, fundamentalmente, mediante la práctica: la transmisión vivencial como modelo a seguir. Esta transmisión vivida por el niño de sus padres se podrá lograr a lo largo de la infancia y adolescencia con:

- El modelo parental.
- La coordinación padre-madre.

El modelo parental

El modelo parental es aquel que ofrecen los progenitores a los hijos. Es realmente importante que el niño, desde su nacimiento, vea el comportamiento de los padres como reflejo de sus ideas y, por tanto, en consonancia con ellas. Este modelo es importante en las primeras edades ya que el niño, al no comprender aún todos los posibles argumentos, va captando lo que debe ser, cómo debe comportarse, viendo cómo son y se comportan sus padres. A medida que crece, al poder comprender ya los argumentos, podrá constatar la relación entre lo que sus padres le explican y lo que hace cotidianamente. De aquí la necesidad de que este modelo sea fiel a los criterios e ideas, ya que, de lo contrario, éstas perderán toda su credibilidad y validez, llegando a poder ser rechazadas y criticadas por los hijos si no son coincidentes con la actuación. A través del modelo parental se puede lograr más fácilmente la interiorización de los comportamientos y las pautas educativas.

Coordinación padre-madre

La coordinación entre el padre y la madre es otro elemento fundamental para garantizar la transmisión de las pautas educativas que se tienen, a la vez que evita la desorientación de los pequeños. El niño, en cualquier momento, ante una situación dada debe recibir el mismo tipo de respuesta, sea cual sea el adulto que tiene delante. Así comprenderá que hay unos criterios que están por encima de las personas y que tienen una fuerza debida a su validez y no dependen de los posibles cambios de humor, tensiones u otras causas o circunstancias de los padres.

Ante la educación de los hijos debe haber una planificación, un respeto a los criterios y a las pautas que se puedan establecer como los mejores para ellos y una coordinación entre ustedes como padre y madre para no desautorizarse entre sí. Es necesario que los padres no discutan entre sí, delante del hijo, por discrepancias en los criterios educativos, puesto que esto puede facilitar la desobediencia y la manipulación del niño/a. Las diferencias entre los padres deberán ser abordadas y resueltas en privado.

El respeto hacia la decisión tomada por uno de los padres, por parte del otro, delante del hijo, deberá ser una norma básica de pauta educativa. Eso no significa que siempre se tenga que estar de acuerdo en todo, sino que las discrepancias se deben abordar fuera de la presencia del hijo. Cuando el niño sea mayor, esta regla podrá revisarse planteándose ya las posibles divergencias y que sea él quien pueda elegir.

Recuerde

- Al proponer todas estas reglas pretendemos llegar a un único objetivo: la madurez, el equilibrio y la seguridad del niño.
- Si la familia no ofrece unas pautas educativas, unos modelos y unos hábitos adecuados, el niño puede adquirir otros siguiendo modelos que encuentre fuera, ya sea en la sociedad amplia (medios de comunicación, barrio, etc.), grupo de iguales o en otros lugares.



3.3. ESTILOS EDUCATIVOS PATERNOS

Los estilos educativos son los medios de que dispone la familia para, a través de la práctica educativa, lograr los fines de la educación familiar.

Los estilos educativos paternos pueden definirse como esquemas prácticos que reducen las múltiples y minuciosas pautas educativas paternas a unas pocas dimensiones básicas, que, cruzadas entre sí en diferentes combinaciones, dan lugar a los diversos tipos habituales de educación familiar.

Las dimensiones básicas a las que nos referimos son:

- Control firme en contraposición a control relajado.
- Aceptación y empatía en contraposición a rechazo e indiferencia.
- Calor afectivo en contraposición a frialdad-hostilidad.
- Disponibilidad de los padres a responder a las señales de los hijos en contraposición a la no disponibilidad.
- Comunicación padre-hijo bidireccional frente a unidireccional.
- Comunicación padre-hijo abierta frente a cerrada.

Propuesta de "Estilos Educativos Paternos" de E. E. Maccoby y J. A. Martin

Aunque existen varios diseños de estilos educativos paternos vamos a exponer el presentado y explicado por E. E. Maccoby y J. A. Martin.

Se toman en cuenta dos dimensiones básicas:

1. Exigencia paterna (control fuerte/control relajado).
2. Disposición paterna a la respuesta (reciprocidad, afecto/no reciprocidad, no afecto).

Estas dos dimensiones son reinterpretadas y cruzadas ortogonalmente dando lugar a cuatro estilos educativos paternos, siendo:

	Reciprocidad, afecto	No reciprocidad, no afecto
Control fuerte	AUTORITARIO RECÍPROCO	AUTORITARIO REPRESIVO
Control relajado	PERMISIVO INDULGENTE	PERMISIVO NEGLIGENTE

Aclaraciones previas sobre los estilos educativos

- a) La "Exigencia paterna" significa rigor en el control por parte de los padres. Aparece en el estilo autoritativo-recíproco como "firmeza" y en el autoritario-represivo como "rigidez". El polo opuesto "no exigencia paterna" es control relajado o laxo y aparece en los estilos permisivo-indulgente y permisivo-negligente.
- b) La "Disposición paterna a la respuesta" es la tendencia habitual de los padres a responder a las necesidades detectadas en los

hijos e incluye también la accesibilidad e implicación afectiva de los padres, reciprocidad y comunicación abierta padres-hijos.

Aparece en el estilo autoritativo-recíproco y permisivo-indulgente. Su polo opuesto "No disposición paterna a la respuesta" tiene características contrarias y sería una "educación centrada en los padres", aparece en el estilo permisivo-indulgente y en el permisivo-negligente.

- c) Estos estilos educativos paternos son "tipos puros" de modo que los padres se acercarán a ellos más o menos, según los casos. Son guía para la investigación y, a la vez, una especie de espejo práctico en el que ustedes como padres pueden verse aproximadamente reflejados en uno u otro estilo. Se los ofrecemos como una aportación y un estímulo para la reflexión.

Estilo Autoritativo-Recíproco

Aplicando el estilo autoritativo-recíproco:

- Los padres ejercen un control firme, consistente y razonado.
- Los padres establecen claramente el principio de la "reciprocidad". Así, parten de la aceptación de los derechos y deberes de los hijos, pero exigen a la vez que los hijos respeten también los deberes y derechos de los padres.
- Las relaciones padres-hijos son, sobre todo al principio, necesariamente asimétricas. Los padres ejercen consciente y responsablemente la autoridad y el liderazgo que les corresponde como padres y como adultos. Sin embargo, debido a la coherencia de sus directrices, los hijos no sienten el control paterno como rígido y se atienen a las normas paternas voluntariamente.
- El estilo educativo "se centra en los hijos".
- La "implicación afectiva" de los padres se expresa en la disposición y prontitud de los padres a responder a las necesidades de los hijos. Se manifiesta también en el interés de los padres por mantener el calor afectivo en sus relaciones con los hijos.
- La "reciprocidad", además de lo ya dicho, se ejercita especialmente en la comunicación frecuente, una comunicación que es bidireccional y abierta.
- Se promueve gradualmente la autonomía personal de los niños.
- Los padres se caracterizan no sólo por su firmeza en hacer cumplir las normas, sino también por sus progresivas llamadas a la madurez psíquica de los hijos.

Según los estudios este estilo educativo proporciona efectos socializadores positivos. Así, los hijos de hogares con estilo autoritativo-

recíproco tienen altas puntuaciones en los siguientes efectos socializadores:

- autoconcepto realista, coherente y positivo,
- autoestima y autoconfianza,
- equilibrada combinación de obediencia-iniciativa personal, creatividad, madurez psíquica,
- responsabilidad y fidelidad a compromisos personales,
- competencia social y prosocialidad (interacción cooperativa con adultos e iguales, altruismo, solidaridad),
- disminución, tanto en frecuencia como en intensidad, de conflictos padres-hijos,
- elevado motivo de logro, manifestado en mejores calificaciones escolares, etc.

Estilo Autoritario-Represivo

En los hogares con un estilo autoritario-represivo:

- El control paterno se convierte en rígido al combinarse con falta de reciprocidad y de diálogo. El control es además minucioso y excesivo, no dejando espacio a la libertad personal.
- Las normas tienen la forma de "edictos". Aparece una acentuación exagerada de la autoridad paterna y se inhibe en los hijos cualquier intento de ponerla en cuestión.
- Los padres recurren menos a las alabanzas y más a los castigos, incluidos los físicos, que en otros estilos. Ni los castigos ni los mandatos son generalmente razonados.
- Los padres se caracterizan por una "no disposición a la respuesta". De este modo, los padres definen las necesidades de los hijos, pero sin la intervención de éstos. La comunicación es unidireccional y cerrada.
- La implicación en las necesidades de los hijos es intensa, pero se percibe por parte de los hijos como intrusismo.
- El estilo educativo "se centra en los padres" por la exclusión del punto de vista de los niños.



Según los estudios, los efectos socializadores de este estilo son menos positivos que los del estilo anterior, ya que aparecen puntuaciones bajas en:

- autoestima y autoconfianza,
- autonomía personal y creatividad,
- competencia social y popularidad social.

Este estilo se aproxima al autoritativo-recípro-

co, debido a que se ejerce un control firme, que hace que se consigan algunos objetivos ideales de la educación paterna como pueden ser:

- valoración de vida ordenada,
- logros escolares,
- docilidad,
- disciplina,
- ausencia de conflictos dentro y fuera del hogar,
- Menor propensión a desviaciones.

Pero es este estilo educativo paterno hay mayor riesgo de que algunos de estos efectos socializadores positivos sean sólo a corto plazo y se rompan al llegar la adolescencia, Entonces aparece la rebeldía de manera particularmente llamativa y en algunos casos de forma explosiva. Los padres quedan a veces sorprendidos por el distanciamiento de sus

hijos y por el silencio más absoluto sobre sí mismos. El intento en estos momentos de establecer una comunicación abierta se hace difícil, ya que no fue fomentada por los padres en las primeras etapas del desarrollo. En este

estilo, resulta más difícil que los padres acompañen a los hijos en los años críticos de la primera juventud y de la adolescencia.

Estilo Permisivo-Indulgente

En los hogares con estilo permisivo-indulgente:

- Los padres no resaltan la autoridad paterna. No establecen normas precisas ni en la distribución de tareas ni en los horarios dentro del hogar (hora de llegar a casa, de las comidas, de acostarse, tiempo y programas de televisión de se ven, etc.).
- Los padres acceden fácilmente a los deseos de los hijos.
- Son tolerantes en cuanto a la expresión de impulsos, incluidos los de ira y agresividad oral; los padres van cediendo poco a poco ante la presión de los hijos.
- Usan menos castigos que los padres autoritativos y autoritarios.
- El control laxo de los padres no excluye su implicación y compromiso como tales. Les preocupa la formación de los hijos, a su vez, atienden y responden a sus necesidades, pero son los hijos los que acaban dominando las situaciones.

Los efectos socializadores de este estilo educativo son en parte positivos y en parte negativos.

Los hijos experimentan las ventajas de la implicación afectiva de los padres, y así obtienen altas puntuaciones en:

- autoestima,
- autoconfianza,
- prosocialidad,
- soporte paterno en las dificultades de entrada a la adolescencia.

En cambio el control laxo producirá con más probabilidad que en otros estilos:

- falta de autodomnio,
- falta de autocontrol,
- falta de logros escolares.

En este estilo educativo paterno el riesgo de desviaciones graves de conducta (drogas, alcoholismo) es mayor que en el estilo autoritativo y autoritario.

Estilo Permisivo-Negligente

En este estilo paterno:

- Los padres se caracterizan por la no-implicación afectiva en los asuntos de los hijos y en el desentendimiento educativo.
- Normalmente los padres están absorbidos por otros compromisos y reducen la responsabilidad paterna a sus mínimos. Dejan que los hijos hagan lo que quieran, con tal de que no les compliquen la existencia. Si sus medios se lo permiten tranquilizan su conciencia con mimos materiales (a veces es el padre el que trata de conseguir el afecto a través de "compras" y regalos).

Los hijos de hogares permisivo-negligentes presentan los peores efectos socializadores:

- autoestima negativa,
- graves carencias en autoconfianza y autorresponsabilidad,
- bajos logros escolares,

- escaso autodomnio y sentido del esfuerzo personal, y
- trastornos psicológicos y desviaciones graves de conducta (drogas, alcoholismo).

Los hijos, al no encontrar apoyo afectivo en los

padres, lo buscan en grupos de iguales caracterizados generalmente por la subcultura antiescuela, por el alejamiento del hogar y la búsqueda de diversiones evasivas que en muchos casos pueden ser peligrosas.

Puntualizaciones sobre el control paterno

La descripción que hemos hecho de los estilos educativos paternos requiere unas precisiones sobre el control. Es indiscutible que todos los padres tienen que ejercer algún tipo de control sobre los comportamientos de sus hijos. El problema aparece más bien en la intensidad, forma y dirección del control. Es decir, lo que interesa es el cómo, cuándo y de qué forma se aplica ese control.

A continuación señalamos cuatro puntualizaciones sobre el control paterno:

1. El criterio básico para valorar positivamente las prácticas de control es que éstas conduzcan a que el sujeto se lleve a autocontrolar

En este sentido, el mejor estilo educativo paterno es aquel que desde el principio está planificado para convertirse en sencillo (en el sentido de que los padres intervengan lo menos posible). De este modo las prácticas paternas de control se orientan a lograr el autocontrol (es el niño quien se controla) tratando que los hijos interioricen lo que se les transmite.

Cuando se consigue la interiorización se produce una mayor capacidad de autocontrol, por eso insistimos a los padres sobre este aspecto que consideramos de vital importancia en este manual y que anteriormente ya vimos: **la interiorización**.

2. Sobre la obediencia de los niños y el autocontrol

Para conseguir de sus hijos el autocontrol y autonomía ustedes como padres han de cuidar y promover su confianza, fundada en un amor genuino e incondicional, y han de esforzarse para que la obediencia sea cada vez (día a día, año tras año) más razonada, dialogada y cooperativa, aunque al principio haya habido que



utilizar, por razones de edad u otras, mandatos y órdenes terminantes y precisas.

3. Sobre la intensidad del control paterno

Los hijos necesitan en momentos de su vida un cierto nivel de control. Aplicar el adecuado, en el momento adecuado y sobre lo que se debe controlar facilita el autocontrol y la interiorización, y es, quizás, una de las tareas más difíciles que tienen como padres.

El control insuficiente transmite el mensaje de que la conducta propuesta al niño no tiene valor, incluso que ni los mismos padres creen en ella. Por ello, los hijos no obedecen ni interiorizan lo mandado. Por el contrario el control excesivo e indiscriminado produce conformismo exterior y rebelión interna; rebeldía que tiene un carácter negativo por cuanto a la larga se vuelve contra el propio sujeto, dado que su negatividad le impide aprender y adquirir nuevos hábitos.

4. Sobre el uso de premios y castigos en el hogar

Los premios y los castigos son necesarios, forman parte de nuestra vida relacional. Es de destacar las ventajas de los premios, las alabanzas y los reconocimientos por encima de los castigos, las reprimendas, las correcciones desvalorizadoras y los reproches como medios de control de los comportamientos y como elementos de aprendizaje.

Pero hemos de tener en cuenta que la formación del autoconcepto "realista" en el niño no sólo requiere el reconocimiento de sus virtudes, sino también el de sus defectos. Sin

embargo, el uso de sanciones negativas requiere un cuidado especial para que no produzcan rechazo, ineficacia, ansiedad en los hijos o distanciamiento entre padres-hijos.

El uso de premios y alabanzas es en principio un medio menos arriesgado de control y cumple la función de fortalecer el autoconcepto positivo y la autoconfianza del niño/a. Aunque también hemos de tener en cuenta que los mensajes positivos pueden llegar a convertirse en ineficaces (ejemplo: los elogios sin medida pueden perder su función positiva) o incluso en contraproducentes (cuando los padres dan premios a los hijos por hacer algo espontáneamente pueden eliminar la motivación espontánea que ya existía). Como en todo, la clave es la justa medida; es decir, que la tendencia de funcionamiento de los padres sea la utilización de las alabanzas y los premios pero también aplicar los castigos cuando sean necesarios.

3.4. PRINCIPIOS EDUCATIVOS

Al ejercer ustedes como padres deben considerar tres principios importantes que deben inculcar a sus hijos: La disciplina, las normas y los límites.

3.4.1. Disciplina

Algunas consideraciones que conviene saber sobre la disciplina:

¿Qué significa disciplina?

El ser humano no nace enseñado, para aprender se necesitan predisposición por parte del niño, y reglas o principios por parte de los padres que faciliten el aprendizaje. Entre estas se encuentra la disciplina que ayuda a los niños a desarrollar sus aprendizajes y su autocontrol. Todos empezamos nuestra vida sin saber controlarnos y teniéndolo que aprender para convertirnos en personas independientes, responsables, felices, miembros bien adaptados de la sociedad democrática.

Como padres, ustedes deben enseñar a sus hijos autocontrol para que puedan valerse por

sí mismos. Además del saber controlarse, los niños tienen que aprender a ocuparse de sus necesidades, proteger su salud y seguridad, afrontar los disgustos, compartir, expresarse de forma constructiva, sentirse bien consigo mismos, respetar las necesidades de los demás y relacionarse con ellos, así como adquirir normas de vida y saber establecer límites en sus comportamientos.

Afortunadamente, tanto para los padres como para los hijos, aprender autocontrol es un proceso lento y progresivo. El tipo y grado de control que enseñen a sus hijos evolucionará a medida que crecen. Cuando les eduquen deben considerar qué son capaces de comprender y hacer según la edad y la fase concreta de desarrollo en que se encuentra.

A medida que crecen asumirán más responsabilidades y disfrutarán de mayores privilegios. La transmisión de conocimientos y de requerimientos está relacionada con la edad.

La disciplina es la regla o norma que utilizan los padres para hacer, desde la responsabilidad en su función de enseñar, y de los hijos en su obligación de aprender, que estos adquieran los aprendizajes básicos para construirse como personas. Esta regla se debe utilizar con decisión, firmeza (no violencia), seriedad, consistencia, y con respeto y valoración hacia el niño.

Disciplina no significa castigo

Disciplinar es guiar con decisión, hacer cumplir estimulando y razonando, construir autoestima y a la vez corregir el mal comportamiento. El objetivo de la disciplina es enseñar a los niños a hacer las cosas bien; el objetivo del castigo es enseñarles a no hacer las cosas de forma incorrecta.

La educación requiere también que los niños experimenten las consecuencias de su mal comportamiento, y eso incluye castigos esporádicos, pero el castigo es sólo un elemento más para disciplinar, el razonamiento y la seriedad al decir las cosas son otros. Cuando les enseñan disciplina estableciendo límites, les dan responsabilidades, estimulan su amor propio y les enseñan a resolver problemas y a decidir correctamente.

A través de la disciplina, los padres son profesores

Los seres humanos venimos a este mundo indefensos en el aspecto físico, también nacemos social y emocionalmente desvalidos. Los niños ignoran que no pueden tener todo lo que quieren cuando lo quieren, y de la forma que quieren. También desconocen la forma de relacionarse con los demás o cómo resolver sus propios problemas. Ni tan siquiera saben cómo sentirse con respecto a sí mismos. De la misma forma que podemos enseñarles a procurarse sus necesidades fisiológicas, es posible también enseñarles cómo salir adelante emocional y socialmente. Esta es, precisamente, la tarea más importante de los padres, en la que se convierten en profesores de sus hijos, educándoles para la vida.

Pero es fundamental que los padres tengan en cuenta la importancia de la unificación de criterios educativos, en lo esencial, para ejercer su función. Las contradicciones, discrepancias constantes, los enfrentamientos u oposición entre ustedes pueden impedir su labor educativa y perjudicar el desarrollo de la personalidad de sus hijos.

Los tiempos han cambiado

Hoy, muchos padres comparten las responsabilidades domésticas, muchas madres trabajan fuera de casa y muchos niños viven con sólo uno de sus dos progenitores. Muchos padres no disponen ya de la familia extensa, como antaño se tenía, que les echen una mano en momentos de necesidad. Los padres y los hijos de hoy en día sufren mucha más presión, tanto respecto al tiempo como a la responsabilidad. Los padres muy ocupados necesitan imperiosamente que sus hijos se comporten de forma



responsable, tanto cuando están con ellos como cuando no.

Además de los cambios sociales y domésticos, los niños también están cambiando. En la actualidad, incluso los más pequeños, han dejado de ser infantiles, inocentes y obedientes. Lo pueden ver todo en la televisión, a veces mucho más de lo aconsejable. Los niños no están ni mental ni emocionalmente capacitados para asimilar todo lo que les llega de la "caja tonta". Muchos están sobreestimulados y se muestran nerviosos, irritables y miedosos. Como consecuencia de ello, se portan mal.

En el pasado, la disciplina se basaba en la autoridad. Los niños no la cuestionaban, no pedían ser escuchados. Hoy, ellos saben que tienen derechos y no temen expresarse. La aplicación de la disciplina se ha convertido en un desafío en la familia. Ante esto los padres deben explicar y justificar lo que hacen y ser más receptivos a las preocupaciones de sus hijos. Dar voz a los individuos en una sociedad democrática hace que esta mejore. Pero los padres tienen que saber que también tienen sus derechos como personas y sus obligaciones como padres y, desde estas premisas, deben aplicar la disciplina y conservar el derecho de ser la autoridad última en la familia.

Nuestro mayor desafío al respecto es que muchos de nosotros podemos discrepar del enfoque de nuestros propios padres en cuanto a la educación que hemos recibido. Podemos revisar nuestra experiencia pasada, examinar la sociedad actual y el rumbo de lleva, aprender cosas nuevas y ajustar nuestro comportamiento de acuerdo con ello. El padre/madre actual debe estar con los tiempos actuales, con las ventajas que les ofrece, así como preparados para afrontar las dificultades que les pone.

Todos los niños necesitan aprender disciplina

Enseñar a los niños qué se espera de ellos a su edad, enseñarles a comportarse, enseñarles las normas y los valores de convivencia es una de las muchas cosas que los padres tienen que hacer a la hora de educar a sus hijos. La disciplina es una herramienta educativa que ayuda a corregir el mal comportamiento. A medida que crezcan, los niños cometerán errores, algu-



nos más, otros menos; pero todos se harán un lío en un momento u otro y se portarán mal.

Hay muchas razones por las que los niños se portan mal: inmadurez, desconocimiento y rebeldía, entre otras. Sea cual sea la causa, los padres tienen que enseñar disciplina a sus hijos; necesitan aclararles y establecer las consecuencias de su mal comportamiento y enseñarles a no repetir el mismo error.

El mal comportamiento del niño no debe contemplarse como un problema grave o como un fracaso en el proceso educativo. Es lo que es: un aspecto del proceso por el que pasa el niño hasta completar su madurez. Cada caso de mal comportamiento brinda la oportunidad de practicar la disciplina para alcanzar con el tiempo el aprendizaje de la autodisciplina.

Tenga en cuenta

La disciplina no es algo que los adultos impongan a los niños, sino que más bien es algo que hacemos con ellos como parte del proceso de aprendizaje.

La disciplina eficaz requiere práctica

Aprendemos a enseñar disciplina de la misma forma que aprendemos cualquier otra cosa: a través del estudio y la práctica. De ahí la importancia de informarse sobre las técnicas para enseñar disciplina y practicar ejercicios con su pareja y luego probarlo en la vida real con sus hijos.

No existen padres perfectos ni hijos perfectos

No se exija ser perfecto, ni exija a sus hijos

ser perfectos. No existe la perfección. Debemos tratar de ser naturales, auténticos, espontáneos y sinceros, pero no perfectos. No se preocupe por cada error que cometa. La clave es darse cuenta de cuándo se ha equivocado, tratar de corregir, reflexionar sobre el problema y sus posibles soluciones, pedir perdón si es necesario e intentarlo de nuevo, teniendo en cuenta que el fin último es ayudar a sus hijos a que desarrollen su autocontrol.

A su vez, los niños también cometen fallos y no responden siempre como de ellos se espera. Debe apoyarles y ayudarles a que aprendan a ser ellos quienes resuelvan sus propios problemas.

Los buenos educadores no son colegas de sus hijos

Realmente, todos queréis tener una buena relación de afecto con vuestros hijos, pero tenéis que establecer límites. Sus amigos son sus amigos, vosotros sois sus padres. Podréis ser unos padres muy afectivos y de fácil acceso, pero no sus colegas. Si sois colegas de vuestros hijos, puede que os resulte más difícil imponerles el respeto necesario cuando lo necesitéis.

La disciplina parece difícil

Crecer es un proceso lento y gradual. Enseñar disciplina quizás sea más fácil en los primeros años. Pero para quien empiece cuando sus hijos sean ya algo mayores puede ser más complicado, pero se puede conseguir.

Educar hijos es tarea compleja, pero a medida que los niños aprenden a controlar su propio comportamiento, la disciplina se vuelve más y más fácil. Vale la pena un esfuerzo inicial hasta que vuestros hijos se vuelvan responsables de sus actos.

Algunos ejemplos de aspectos donde aplicar disciplina

- La organización. El orden es importante en la vida. Lograrlo nos puede ahorrar un sinnúmero de horas de amenazas, ruegos y castigos. Enseñar que cada cosa tiene su lugar permite a los niños poner las cosas en su sitio. Los

niños pueden habituarse a poner las cosas en su sitio si sus pertenencias tienen sitios establecidos que sean adecuados. Perchas y ganchos junto a la puerta para las mochilas; cestos en sus habitaciones, en lugar de en el baño, posibilitan que la ropa sucia no acabe en el suelo de su habitación. Sin embargo, tener modos de organización no basta para evitar la pesadilla del orden: hay que enseñar a los niños a usarlos. Recuerde que nadie nace enseñado. Enseñarles y practicar a recoger y a ordenar las cosas les enseña a hacerlo solos en el futuro. Así se les enseña a asumir la responsabilidad de sus pertenencias y se evita muchas discusiones sobre el orden.

- *El tiempo: Las cosas indicadas en los momentos indicados. Los horarios establecidos ayudan a los niños a saber qué tienen que hacer, qué se espera de ellos y cuándo. Si se establece horarios, los niños saben qué se espera de ellos y pueden practicar el comportamiento adecuado a diario. Los*



hábitos se establecen con la práctica. Fijar horarios para ir a la cama, comer, y hacer los deberes elimina muchas discusiones. Además el hábito hace que los niños se sientan seguros.

Los hábitos son útiles pero no tienen que ser algo rígido pues se puede llegar a la intransigencia. A veces se puede ser un poco flexible en algunos temas, como por ejemplo en los horarios y en aquellas situaciones excepcionales, pero explicando cuándo y por qué de los cambios.

Algunas sugerencias para usar horarios de forma que ayuden a evitar problemas de disciplina:

Intente tener claramente establecidos horarios para:

Comer: a qué hora se come, cuando se lavan las manos, etc.

Dormir: la hora de ir a la cama, cuándo hay que dejar de hacer cosas, hasta cuando leer en la cama..

Los deberes: el tiempo, el lugar.

Ver la televisión: cuánto tiempo, qué programas.

Trasnochar: cuántas veces, qué noches.

Comprobar si sus hijos entienden el modelo de sus horarios. Si no, explíqueselo. (A los mayores nos puede parecer muy obvio, pero a los niños no).

Cuando cambie el horario, tanto si es temporalmente o en una ocasión especial (como cuando hay invitados y la hora de ir a la cama se retrasa), explique claramente a sus hijos que son cambios excepcionales.

A la hora de enseñar a su hijo a ubicarse en el tiempo tenga en cuenta lo siguiente:

Suavizar las transiciones. A muchos niños les cuesta pasar de una actividad a otra, sobre todo de forma brusca. Advertirles unos minutos antes les ayuda a hacerse a la idea y evita problemas de comportamiento que afloran cuando no están preparados. Avisos tales como: "en cinco minutos tienes que ir

a la ducha", "cenaremos dentro de diez minutos", "quedan cinco minutos para ir a dormir", ayuda a predisponerse y prepararse para cambiar de actividad.

Dar el tiempo suficiente. El tiempo tiene connotaciones distintas para los niños y para nosotros, los adultos. Los niños viven en el presente; no tienen todavía la noción del tiempo como algo limitado y medible.

Siempre que sea posible es conveniente dejarles un poco más de tiempo del que creamos que puedan necesitar, por ejemplo, para vestirse.

Las listas. Una lista es un instrumento que ayuda en la organización del tiempo y de las actividades, y puede enseñar a sus hijos autodisciplina lo que os aliviará de la sobrecarga de las responsabilidades. Con ayuda, vuestros hijos pueden elaborar una lista de cosas que tengan que hacer cuando lleguen, por ejemplo, del colegio.

- Colgar el abrigo y la mochila.
- Ducharse.
- Merendar.
- Recoger los platos de la merienda.
- Descansar un poco.
- Hacer los deberes.
- Actividades de ocio.
- Colaborar en los quehaceres de la casa.
- Etc.

Una pizarra en la que los niños puedan apuntar esas actividades y tacharlas cada día a medida que las realizan, y a la mañana siguiente borrar la lista para empezar de nuevo es un sistema que muchos padres e hijos encuentran útil. El uso de listas, también ayuda a los niños a aprender buenos hábitos escolares y de vida.

Es conveniente ayudar a los niños a tachar las

tareas de la lista cuando se hayan realizado, así como ayudarles tanto a confeccionarlas como a revisarlas. Además muchos niños necesitan que se les recuerde que deben hacer caso de las listas.

Recuerde

- La constancia la aprenden los niños a través de la constancia de los padres.
- **Dar ejemplo.** Dar ejemplo es una forma muy eficaz de guiar a los niños y jóvenes y corregir su comportamiento. Educar con el ejemplo es un magnífico instrumento para enseñarles disciplina, pero, tenga cuidado, también puede ser un arma de doble filo. Tiene las dos caras de la moneda. Los niños copian del adulto tanto el comportamiento adecuado como el inadecuado.

Cuando aparecen contradicciones entre lo que se dice y lo que se hace, sus hijos, normalmente, copiarán vuestros actos en lugar de vuestras palabras.

Cuatro áreas en las que dar ejemplo son particularmente útiles:

- La limpieza y el aseo personal.
- El reconocimiento de los errores pidiendo disculpas. Errar es de humanos.
- La sinceridad
- El respeto.

Algunas observaciones sobre el respeto y la sinceridad:

El **respeto** es como un bumerán. Si lo lanzamos, volverá a nosotros. Si hablan educadamente a sus hijos, ellos harán lo mismo con Uds. Si son honestos con sus hijos, ellos serán honestos con ustedes. Si hablan con amabilidad y sensibilidad, harán lo mismo. Si les toman en serio, les tomarán en serio. Quien siembra, recoge.

Pero sean realistas, no esperen que sus hijos les traten siempre con el máximo respeto. Muchos factores pueden incidir para que a veces se "olviden": que se hagan los "interesantes" delante de sus amigos, que estén frustrados y enfadados y pierdan el control. Afronte comprensivamente dichas situaciones directamente cuando sucedan y solúcelas con decisión.

Algunos padres creen que para conseguir el respeto de sus hijos tienen que ser muy estrictos e imponer castigos severos cuando sus hijos les desobedecen. Esto es confundir respeto con miedo. Los niños que temen a sus padres suelen volverse irritables y resentidos y suelen hacer las cosas a escondidas. Muchos buscan las maneras de evitar las órdenes de sus padres o esquivarlas. Consiga el respeto de sus hijos tratándoles con respeto a ellos pero con decisión y la suficiente seriedad cuando la situación lo requiera.

La **sinceridad** de los padres es un modelo para desarrollar la sinceridad en los hijos. La honestidad es la mejor salvaguarda para evitar problemas educativos derivados de la falta de sinceridad.

- Estimular. Comportarse de forma adecuada no surge, necesariamente, como algo natural en los niños, es producto del aprendizaje. Tanto los niños, como los adultos, muchas veces necesitamos sentirnos estimulados y reconocidos en nuestros comportamientos. Nos ayuda a sentirnos mejor, aumentar nuestra autoestima y a motivarnos a seguir superándonos. Ser positivos, elogiar y, a veces, premiar la conducta adecuada son recursos para el estímulo, pero, como todo, debe ser utilizado con moderación y justeza ya que su mal uso puede tener el efecto contrario.
- Elogiar. El elogio puede estimular a los niños y darles el empujón que les ayudará a continuar en la dirección adecuada. Pero no todos los elogios son estimulantes. Sugérimos algunas orientaciones básicas para que los elogios consigan los resultados deseados:

Los elogios deben:

- *Remarcar lo positivo, aunque sea insignificante. (A veces nos centramos más en ver lo negativo, en lo que hay que corregir, que en lo que el niño hace bien).*
- Dígale lo bien que lo hace, aunque sólo hayan mejorado un poco. (A veces solo vemos lo que hace mal, o lo que deja de hacer).
- *Diga las cosas de corazón. Sienta de verdad lo que le dice.*
- Céntrese en los hechos, no en el autor de los hechos, en el comportamiento del niño en lugar de en el niño como persona. (Por ej.: "eso que has hecho no está bien"; en vez de: "eres torpe".)
- *Céntrese en él como persona y evite la comparación con los demás. Comparar "agranda" al modelo y "empequeñece" al comparado.*

Una regla de oro: elogie sin comparar

- Resérvese el elogio, puede crear hábito. Elogiar demasiado puede ser tan perjudicial como no elogiar lo suficiente. Elogiar en exceso puede crear adictos al elogio, niños que no pueden actuar sin grandes dosis de elogios.

Tenga cuidado

- A veces demasiados elogios hacen que los niños se sientan tan poderosos que creen que pueden hacer todo cuanto quieran.

Usted no debe ser:

- Poco sincero, efusivo en exceso o manipulador.

- Premiar. Los premios son considerados una forma positiva de motivar a los niños a hacer lo que queremos, especialmente en ocasiones en que no lo harían por sí solos de forma natural. Tanto el premio planificado como el espontáneo tienen su papel en el aprendizaje de la disciplina.

La razón de premiar como refuerzo educativo es que cuando una acción está seguida de un premio o recompensa es más probable que la acción se repita.

Una advertencia. Elija los premios con precaución y délos con moderación. No todos los comportamientos deben ser premiados, el niño debe aprender que hay comportamientos que se deben hacer por-

que sí, porque forman parte del proceso de la vida, mientras otros son merecedores de un premio por un esfuerzo especial



o para motivar una acción. Encuentre ese equilibrio lógico. El tipo de premio debe depender de circunstancias particulares: la edad del niño, lo que para él tenga valor, el interés de los padres y por qué se le da.

Intente encontrar el premio que tenga valor para el niño, que esté conectado lógicamente al comportamiento que usted está intentando estimular. Por ejemplo: un libro nuevo, en lugar de dinero, es un premio más lógico por sacar buena nota en una redacción.

3.4.2. Normas y límites

Las normas son reglas que determinan nuestro comportamiento, nuestras relaciones sociales y de convivencia.

Los límites marcan hasta donde deben llegar nuestros comportamientos para que no interfieran en los de los demás.

Cada edad o periodo de la vida de su hijo requiere de unas normas y de unos límites. Lógicamente no deben ser las mismas para un niño que para un adolescente: no le podemos pedir a un niño de un año que colabore en la

dinámica de la casa y se comporte de determinada manera en la mesa, lo que sí se debe hacer con un adolescente. Por tanto las normas y límites se irán estableciendo a medida que su hijo avanza en su proceso de desarrollo, así como la exigencia del cumplimiento de las mismas.

¿Por qué establecer normas y límites?

Establecemos normas y límites por diferentes motivos:

- por motivos de salud,
- por motivos de seguridad,
- por motivos de convivencia,
- para vivir en armonía,
- por valores morales y religiosos.

Elegir las propias normas

Ustedes deben establecer las normas que deben regir su vida familiar y la de sus hijos. La elección estará basada en las que le han transmitido sus padres y hayan ido elaborando a lo largo de su vida, así como las de la sociedad en la que viven.

Algunas consideraciones sobre las normas y límites

1. *Dedique tiempo* para elaborar las normas que considera importantes para su familia. Ustedes los padres marcarán las categorías y su importancia, como pueden ser las referidas a:
 - La salud y seguridad de su hijo.
 - El respeto a los demás y a las cosas.
 - La colaboración en la dinámica de la casa.
 - Los valores morales y/o religiosos.
2. *Revise las normas y límites* y asegúrese que tienen importancia y que vale la pena mantenerlas. Inculque las normas y límites adecuados, pero sin extralimitarse, no imponga tantas que impida la libertad de su hijo.
3. *Sea flexible*. Sus normas y limitaciones podrán variar a medida que sus necesidades y las de sus hijos vayan cambiando, a medida que vayan creciendo y haciéndose mayores.

A lo largo de su experiencia como padres se habrán encontrado en más de una ocasión con la dificultad de hacer que sus hijos cumplan con las normas que les señalan. Algo se puede hacer para lograr que obedezcan. Tengan en cuenta lo siguiente:

- *Que sean comprensibles*

Las normas y límites deben ser establecidas de

forma clara y comprensible. Piense qué decir y dé instrucciones específicas y claras. Los niños y los adolescentes necesitan oír y saber exactamente qué comportamiento desea de ellos.

- *Deje que sus hijos se expresen*

Los niños y, sobre todo, los adolescentes, valoran que se les tengan en cuenta a la hora de



establecer limitaciones. Cuando los hijos colaboran, es más probable que obedezcan. Sin embargo, escucharlos no significa que tenga que estar de acuerdo y cambie las normas. Algunas normas y limitaciones pueden establecerse en común y otras tendrá que establecerlas usted desde su responsabilidad de padre/madre.

- Explíqueles por qué

Los niños y jóvenes tienden a obedecer más las normas y los límites cuando comprenden las razones: "no puedes ir en bicicleta por la ciudad porque no", "no puedes salir este fin de semana porque no", son normas sin explicación; "no puedes ir en bicicleta por la ciudad porque hay demasiado tráfico y corres peligro"; "no puedes trasnochar este fin de semana porque el lunes tienes un examen, incluyen una explicación. Saber que detrás de cada norma y límite hay una explicación lógica ayudará a que sus hijos le obedezcan;

- Establecerlas antes de aplicarlas

Intente no implantar normas imprevistas. Haga lo posible porque sus hijos conozcan la norma antes de infringirla. ¿Cómo se supone que su hijo va a saber que no puede ir en bicicleta por la ciudad, ni trasnochar la víspera de exámenes, si no se lo ha dicho antes? Sus hijos deben saber con antelación las normas y los límites.

- Recuérdeles periódicamente

Los niños y jóvenes, a veces, olvidan las normas. Igual que los adultos. Si nota que su hijo ha olvidado una norma, no espere hasta que surjan los problemas; con delicadeza recuér-

desela. Pero si su hijo la olvida más de dos o tres veces y su "recordatorio" se convierte en una rutina y/o regañina, trate de ver que está pasando y actúe razonable, firme y consecuentemente.

- Mejor positivas que negativas

Siempre que pueda, intente que sus normas sean "positivas" en lugar de "negativas". Hacen que los niños entiendan claramente el comportamiento correcto:

"Puedes jugar a la pelota fuera" en lugar de "no juegues dentro de casa a la pelota", o "lávate las manos antes de sentarte a la mesa" en lugar de "no vengas a la mesa con las manos sucias".

Por la importancia que tienen las normas, los límites y la disciplina en la construcción de la personalidad volveremos a hablar de ellas más extensamente en el capítulo 6.

3.4.3. Qué hacer después de un mal comportamiento

A veces se puede prevenir el mal comportamiento. Otras veces, sin embargo, tendrás que intervenir después de que vuestros hijos se hayan portado mal. Cuando un niño se porta mal, normalmente, tendrás que responder a ese mal comportamiento. Por fortuna, hay veces en que no tendrás que hacer demasiado al respecto. Al referirnos a esas ocasiones hablamos de disciplina flexible. Otras veces tendrás que reaccionar con más firmeza, utilizando formas de disciplina más elaborada, hablamos entonces de disciplina fuerte.

Disciplina suave

Cuando un niño se porta mal, a veces se puede hacer algo de forma fácil para atajar el problema. A este tipo de respuestas les llamaremos disciplina suave o flexible. Algunas cosas de las que se pueden hacer son:

Recordar la norma

A veces, el mero hecho de recordar una norma o límite al niño o joven bastará para evitar un mal comportamiento: "recuerda, a jugar al

balón afuera, dentro de casa no", o "recuerda que tienes que volver a las doce"

Advertir de las consecuencias

Advertir a un niño qué pasará si hace lo mismo de nuevo puede ser efectivo, a veces: "la próxima vez que me contestes cuando hables por teléfono con tus amigos, te quedarás sin poder usar el teléfono un tiempo", o "La próxima vez que llegues más tarde de las doce te quedarás sin salir un tiempo". Las advertencias funcionan sólo si se dan una o dos veces. Si advierte una vez tras otra sobre lo mismo y usted no actúa, su hijo sabrá que no lo dice en serio. Si su hijo se sigue portando mal después de la advertencia, tendrá que tomar medidas más serias y decididas.

Ignorar el comportamiento

En algunas ocasiones ignorar cuando el niño o el joven hace algo mal es una media prudente. "No oír" una palabrota, un comentario negativo o de rechazo a alguna norma que se les escapa, puede ser la mejor solución, a veces. Pero no la utilicen como "norma".

Elogiar por un comportamiento

Elogiar a su hijo cuando hace algo bien, aunque otras veces lo haga mal, puede estimularle a hacer lo correcto más a menudo: "has limpiado tu habitación muy bien, hoy, estoy orgulloso de ti", "has cumplido tu compromiso de llegar a la hora fijada, estoy contento de ti". Ponga el acento en lo positivo, no en lo negativo.

Disciplina más fuerte

A veces la disciplina suave no funciona y se necesita algo más contundente, un enfoque más directo y persuasivo que enseñe a vuestros hijos a no infringir de nuevo las normas y límites establecidos. Lo que significa averiguar por qué se da el mal comportamiento y establecer cambios que eviten que se repita. Dichos cambios incluyen averiguar los motivos de ese mal comportamiento y establecer consecuencias o castigos si el comportamiento lo

requiere. Para eso tenga en cuenta lo siguiente:

¿Por qué se portan mal los niños y los jóvenes?

Primero conviene saber que los niños, habitualmente, se portan mal para satisfacer sus propias necesidades, o por que no saben hacerlo mejor aún, no para molestarles.

A veces, los **niños** se portan mal porque todavía no están preparados mentalmente para enfrentarse a las situaciones. Un niño de tres años cruzará la calle porque no entiende el peligro que entraña su acción.

Si la inmadurez física o mental es la causa del mal comportamiento, usted debe asumir el control para asegurarse de que su hijo no sufra daño.

La curiosidad normal en el ser humano es, muchas veces, la causa del mal comportamiento de sus hijos. Un niño de dos años puede derramar la leche para descubrir que pasa. Uno de diez años romperá un reloj intentando entender cómo funciona. Si la curiosidad es causa de mala conducta, una acción que obligue al niño a arreglar el daño y una explicación de qué ha hecho mal serán lo más adecuado.

Muchas veces, los **jóvenes** se comportan de forma inadecuada para satisfacer sus propias necesidades: sentirse importantes, ser cabecillas, saberse aceptados, demostrar su fuerza, o para que la gente advierta su presencia. Éstos son los problemas relacionados con la disciplina que constituyen el mayor desafío para los padres. Hacer que experimenten las consecuencias de su mal comportamiento y descubran qué hacer para evitar que se repita es un enfoque que resulta efectivo.



Tenga en cuenta

- A sus hijos enséñeles cómo convertir sus sentimientos en palabras en lugar de en acciones. Practique con ellos que expresen lo que piensan o sientan, y escúcheles, y no que lo actúen con actos de rabia o violencia. Déjeles simplemente que se expresen.

Consecuencias o castigos por los comportamientos

Necesitamos mostrar a los niños que sus acciones tienen efectos, y que cuando estos producen un daño o rompen acuerdos de normas establecidas hay que aplicar consecuencias o castigos. Cuando vuestros hijos se porten mal de forma deliberada, tenéis que hacer que conozcan las consecuencias de sus acciones para que no las repitan.

Una consecuencia o castigo adecuado enseña

a los niños a no cometer el mismo error de nuevo.

Las consecuencias o castigos, para ser eficaces deben cumplir las siguientes reglas:

- Deben ajustarse a la edad del niño.
- Deben adecuarse en intensidad al comportamiento a corregir.
- Centrarse en el comportamiento no en el niño como persona.
- Tener algún significado y valor para el niño, sino no cumplirá función correctiva alguna.
- Ser aplicable lo más cercanamente posible al comportamiento que lo ha provocado.
- Servir para enseñarles porqué no deben cometer el mismo error, no para ofender o humillar al niño.
- Explicar y razonar del porque de las consecuencias o castigo aplicado.

No olviden

- Los padres tenéis responsabilidades y obligaciones con vuestros hijos, tanto de cuidarles y mantenerles como de educarles y formarles. Esto también os da derechos.
- No siempre esto es una tarea fácil.
- A veces os veis desbordados por las situaciones.
- Utilizáis multitud de recursos, con la mejor voluntad y con la intención de no errar.
- Muchas veces acertáis y otras no.
- Así que no os angustiéis si a veces tenéis que utilizar castigos razonables.

Una aclaración entre consecuencia y castigo

La consecuencia es la aplicación de un efecto, por una conducta inadecuada, que trata de enseñar al niño porqué no debe cometer el mismo error de nuevo.

El castigo trata de que con ese efecto el niño

se sienta incómodo y tema portarse mal nuevamente.

La combinación de ambos modos es un buen recurso educativo para los padres. Un ejemplo nos puede ayudar a comprender la aplicación de las consecuencias y los castigos.

Ejemplo de la relación entre castigo y consecuencia.

Si un niño escribe en una pared, el castigo es mandarlo que limpie lo que ha ensuciado, con lo que se aplica la consecuencia de lo que ha hecho, en lugar de mandarle castigado a su habitación sin limpiarlo.

No obstante, en algunos casos de mayor rebeldía quizás tenga que, además de que limpie lo ensuciado, mandarle también a su habitación.

Algunas preguntas que cabe plantearse al elegir consecuencias o castigos:

- ¿Es sensato? ¿Es una consecuencia lógica y prudente por lo que ha hecho el niño?
- ¿Previene la repetición? ¿Enseña al niño a no cometer el mismo error de nuevo?
- ¿Hace al niño responsable de sus actos? ¿Es el niño responsable de corregir cualquier daño que su conducta haya ocasionado?

3.5. TÉCNICA DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

La técnica de resolución de problemas, de M. Gootman, le puede ayudar para cuando trate de enseñar disciplina a sus hijos.

Utilice la técnica de resolución de problemas cuando tenga que utilizar la que hemos llamado *disciplina fuerte*.

Gootman propone siete pasos básicos en el proceso de la resolución de problemas. Después de practicarlos un tiempo, le saldrán de forma más fácil. Tras la explicación de cada uno de los siete pasos, veremos cómo se aplican a problemas específicos relacionados con la disciplina.



Paso 1. Definir el problema

Antes de buscar una solución debe saber cuál es el problema. Resuma los problemas en una o dos frases.

Paso 2. Torrente de ideas

Intente concebir tantas ideas para resolver el problema como le sea posible y anótelas. No se preocupe si las ideas son válidas o no, simplemente, busque muchas. Una idea puede conducir a la siguiente. Una mala idea puede llevar a una buena.

Paso 3. Evaluar las ideas

Con cuidado, repase cada idea que se le ha ocurrido en el paso 2. Tenga en cuenta las personas relacionadas y la situación. ¿Cree que puede funcionar? En caso afirmativo, ¿por qué? Si cree que no, ¿por qué? ¿Es aceptable para todas las personas relacionadas (en este caso con padres e hijos)? Algunas ideas pueden ser aceptables para algunas personas y no para otras.

Paso 4. Seleccionar una idea

La clave está en encontrar una idea aceptable para todas las partes implicadas y que usted crea que puede funcionar mejor para resolver el problema definido en el paso 1. (Se proporcionará más información sobre este paso cuando nos ocupemos de los ejemplos específicos.)

Paso 5. Probar la idea

Lleve a cabo la solución que ha elegido en el paso anterior.

Paso 6. Evaluar su efectividad

Compruebe si la solución que ha elegido funciona. ¿Le ha resuelto el problema que ha definido en el paso 1?

Paso 7. Decidir

Si su respuesta al paso 6 es sí y la solución le resuelve el problema, ha terminado. Trabajo realizado. Si, por contra, su respuesta es negativa, no se desanime. También puede:

- a) vuelva al paso 4 y elige otra solución,
- b) vuelva al paso 2 para idear más soluciones o
- c) vuelva al paso 1 para asegurarse de que ha definido el verdadero problema.

No se rinda si el problema persiste. Podrá

resolverlo si no se rinde. Animo, sabemos de sus dificultades con su tiempo, pero inténtelo. Veamos algunos ejemplos de la vida real que muestran cómo el método de la resolución de problemas le puede ayuda a saber qué hacer cuando los niños se portan mal. Con calma, vamos a repasar todos los pasos anteriores para mostrarle cómo hacerlo. Con un poco de práctica, esos pasos serán algo automático para usted y no le llevarán mucho tiempo.

Ejemplo 1: Daniel, de dos años, tira del pelo a su hermano pequeño hasta que el bebé llora.

Paso 1. Definir el problema

"¿Por qué tira del pelo al bebé?"

Paso 2. Torrente de ideas

- "Tiene celos y es una forma de llamar mi atención".
- "Simplemente siente curiosidad".
- "No se da cuenta de que le hace daño".

Paso 3. Evaluar las ideas

- Celos.

"Tal vez se sienta celoso. He estado ocupada con el bebé y no he dedicado mucho tiempo a Daniel".

- Curiosidad.

"Como nunca antes ha tenido bebés cerca, puede que tenga curiosidad".

- No se da cuenta de que le hace daño.

"Seguramente sabe que le hace daño". "Después de todo, a él le duele cuando otro niño le tira del pelo".

Paso 4. Seleccionar una idea

En este caso, las dos primeras razones parecen lógicas y evitar que Daniel tire del pelo al bebé implicaría soluciones para ambas causas. (A la hora de resolver problemas, puede ser que haya más de una sola razón para un mismo problema. En esas ocasiones es mejor probar las soluciones a los distintos problemas a la vez).

Paso 5. Probar la idea

- Preguntas previas que puede hacerse:

"¿Cómo puedo lograr que Daniel no esté celoso del bebé y cómo puedo satisfacer su curiosidad para que no le tire del pelo?"

- Algunas ideas:

"Pasar todo un día fuera con Daniel".

"Dedicarle más tiempo a Daniel cuando el bebé duerma".

"Contarle cuentos mientras doy el pecho al bebé".

"Enseñarle a tocar al bebé con suavidad".

"Evitar dejarlo con el bebé a solas".

"Decirle que deje al bebé en paz".

- Conclusión:

"Por lo tanto, pasaré más tiempo con Daniel cuando el bebé está durmiendo y le contaré cuentos mientras doy de mamar al bebé. También le enseñaré a tratar al bebé con suavidad, pero, para estar más segura, no lo dejaré a solas en una habitación con el pequeño".

- Poner en práctica la idea:

La madre de Daniel se esfuerza por pasar más tiempo con él cuando el bebé está durmiendo y le cuenta cuentos cuando puede. Procura no dejar a Daniel solo con el bebé, pero también le enseña a tocarlo con suavidad.

Paso 6. Evaluar la efectividad

Daniel deja de tirar el pelo al bebé.

Paso 7. Decidir

El problema está resuelto, temporalmente, pero usted tendrá que pensar la forma de evitar la repetición si se produjera.

Ejemplo 2: Un sábado por la noche, Elena de dieciséis años, llegó a casa una hora más tarde de lo acordado.

Paso 1. Definir el problema

"¿Por qué ha llegado tarde?"

Paso 2. Torrente de ideas

En este caso, es importante escuchar a Elena para entender por qué ha llegado tarde. Tal vez tenga una explicación perfectamente justificada. Hay varias razones que a usted se le pueden ocurrir:

- "Se le olvidó comprobar la hora".
- "No quiso dejar de seguir divirtiéndose en ese momento".
- "No quería que sus amigos le juzgaran de *blanda*".
- "No pudo encontrar una forma segura de volver a casa".

Paso 3. Evaluar y seleccionar una idea

Procure que Elena se sienta cómoda para confiarle la verdad, y luego acepte sus palabras. En este caso vamos a suponer que Elena dice que había perdido la noción del tiempo.

Paso 4. Resolución del problema

"¿Qué hacer para que Elena no pierda la noción del tiempo de nuevo y llegue tarde?"

- **Ideas** (Elena lo puede hacer sola o con usted).
 - Llevar un reloj con alarma.
 - Pedir a un amigo que se lo recuerde.
 - Atarse un hilo para acordarse de mirar la hora.
 - Que usted la llame para recordárselo.
- **Evaluar y seleccionar una idea.**

Claramente Elena prefiere que sus padres no la llamen para recordárselo y decide llevar un reloj que suene treinta minutos antes de la hora.

5. Probar la idea

Elena lleva el reloj siempre cuando sale.

6. Evaluar la eficacia.

No vuelve a llegar tarde.

7. Decidir

El problema está resuelto.

Si la solución no funcionara, habría que volver al paso 3 y pensar qué hacer para acordarse de volver a la hora indicada.

Con práctica, esta forma de resolver problemas le podrá ser fácil y le resultará rentable. Sus hijos aprenderán a hacerlo siguiendo su ejemplo. Cuando sus hijos crezcan, pueden colaborar en las tres fases de la técnica de resolución de problemas: determinar el por-

qué, prevenir la repetición y aplicar las consecuencias. A veces resulta de gran ayuda conversar o redactar un contrato conjuntamente para evitar que el problema se repita. Dicho contrato puede combinar la razón por la cual su hijo/a cree que se da el problema y cómo considera que es posible evitar la repetición, así como las consecuencias si no se cumple. También le puede ser de gran utilidad elaborar un contrato para tratar de resolver esta situación. Estas son algunas de las cosas que tiene que contemplar ese contrato.



CONTRATO DE MUESTRA

- Esto es lo que pasó.
- Ésta es, según mi opinión, la razón.
- Éstas son formas efectivas de que no se repita.
- Esto es lo que quiero hacer para que no se repita.
- Esto ocurrirá si no lo cumplo (consecuencias/castigos).

Periódicamente revisen el contrato y comprueben si funciona. Si es así, estupendo. Pero si no, insistan hasta que el problema esté resuelto. No se den por vencidos, recuerden que la constancia hace que se interioricen las cosas y se cree el hábito, logrando alcanzar muchos objetivos que parecían imposibles.

Bibliografía

- Entre la tolerancia y la disciplina.* M. Herbert. Ed. Paidós. 1994.
- Pedagogía familiar.* José M.^a Quintana (coordinador). Ed. Narcea. 1993.
- Guía para educar con disciplina y cariño.* M. Gootman. Ed. Medici. 1999.

