



## I.E. COLEGIO LA INMACULADA DE ITAGUÍ

### **NUEVOS RETOS PARA LA EDUCACIÓN DE NUESTROS HIJOS Y ESTUDIANTES HOY**

#### **La educación de los hijos es una tarea difícil.**

La educación es una tarea larga, difícil y, muchas veces, desagradecida. La educación perfecta no existe, porque es obra de hombres, y es obvio que no somos nunca perfectos. Por otra parte, los conocimientos que nos proporcionan la Psicología y la Pedagogía hay que aplicarlos a cada hijo/a y ahí se cruzan con una gran cantidad de variables que condicionan la educación de ese/a chico/a: la propia personalidad, la de sus padres o educadores, sus problemas, sus circunstancias concretas.

A pesar de las dificultades señaladas y de que el oficio de “educador de sus hijos” no tiene, todavía hoy, un aprendizaje sistematizado, los padres están llamados a formarse y a conocer unos principios educativos, que la mayoría desconocen. “Es importante enseñar a las personas a ser padres y madres, el instinto no nos enseña. Hoy en día ser padre o madre es complicado; nos exigen un carnet para conducir, pero no nos hace falta un carnet para tener niños”. (Rojas, 1998: 10)

Las Escuelas de Padres pretenden solucionar este problema, pero sólo lo consiguen a medias. En primer lugar, porque los tres primeros años de la vida del niño cuando todavía no asiste con regularidad a un centro educativo son trascendentales para la formación de la futura personalidad, especialmente en el terreno afectivo y de las actitudes, así como en los ámbitos intelectual y social (Cf. García Muñoz, 2002). Tampoco las Escuelas de Padres cubren sus objetivos cuando el niño está en la escuela, porque suelen utilizarlas los padres y madres que “menos lo necesitan”; el resto o son conscientes de sus carencias para afrontar la educación de sus hijos o, simplemente, no lo consideran necesario/importante.

“Para que una familia funcione educativamente es imprescindible que alguien en ella se resigne a ser adulto. Y me temo que este papel no puede decidirse por sorteo ni por una votación asamblearia. **El padre que no quiere figurar sino «el mejor amigo de sus hijos»**, algo parecido a un arrugado compañero de juegos, sirve para poco; **y la madre, cuya única vanidad profesional es que la tomen por hermana ligeramente mayor que su hija**, tampoco vale para mucho más” (Savater, 97: 62-63).

Para empezar, muchos padres valoran como mejor colegio el que más horas tenga “atareado” a su hijo(a), o le “apuntan” a ballet, clases de inglés, natación... De hecho, en muchas ciudades está emergiendo la figura del **“padre/madre taxista de tarde” que “reparte/recoge” a sus hijos de academia en academia**. En el fondo, los padres hoy siguen buscando lo mejor para sus hijos, se preocupan por su educación pero muchos han errado en sus prioridades:

A continuación exponemos unos principios básicos que puedan servir a las familias (padres y madres juntos) de referentes para abordar la tarea educadora con sus hijos/as. Pretendemos despertarles inquietudes acerca de la necesidad de prepararse, especialmente en este tiempo que nos ha correspondido vivir en el que los cambios en la sociedad se producen a un ritmo de vértigo que nos desborda y sobrepasa.

#### **PRINCIPIOS BÁSICOS PARA EDUCAR A LOS HIJOS.**

##### **1. AUTORIDAD.**

Al hablar de autoridad, no nos referimos a autoritarismo (abuso de la autoridad / sumisión incondicional), sino al sentido auténtico y profundo del término: superioridad y prestigio reconocido y ganado por/ante las personas sobre las que se ejerce.

La palabra autoridad tiene mala prensa, especialmente en el campo de la educación. Por un lado, los seguidores de la “antipsiquiatría” difundieron una teoría que sembró miedo y pasividad en muchos padres: “había que tener cuidado con frustrar al niño”. “Temerosos de aplicar la misma autoridad con que fuimos educados, en muchos casos no hemos hallado una forma más tolerante de transmitir valores que el silencio absoluto. Nuestros hijos no saben nada de lo que vieron y vivieron sus abuelos. Dudo de que sepan que a su edad a nosotros nunca se nos daba la razón; que para nuestros padres la razón siempre la tenía el maestro”. (Aulestia, 2000)

El padre y la madre, de forma consensuada, habrán de ejercer de padres. Y ello supone negociar muchas cosas especialmente las normas de convivencia, pero también **decir “no”, marcar límites** muchas otras veces. Igual que ponemos límites para que un niño de dos años no se asome a una ventana de un cuarto piso, o juega con la bicicleta por una carretera, habrá que marcar otros muchos límites que no pueden ser negociables, convirtiéndose en normas de obligado cumplimiento: no agredir, no robar, no insultar, las horas mínimas de sueño, los programas de televisión que no debe ver, las horas mínimas de estudio, o TV., etc. Pero **no basta con poner las normas, es tan importante como establecerlas controlar su cumplimiento y es ahí donde fallan muchos padres porque eso implica una larga y constante exigencia, a los hijos, y hacia ellos mismos.**

Para Sutter y Luccioni, dos psiquiatras franceses clásicos, los hijos de padres autoritarios se rebelan y viven la aventura de transgredir las reglas hasta reorganizar sus propias normas, pero los niños criados sin normas carecen de referentes para organizar su propia vida. Acostumbrados a hacer su santa voluntad se sorprenden cuando alguien les plantea una exigencia, un esfuerzo o una obligación (Esteve, 2003). Estos chicos terminan convirtiéndose en tiranos, primero con su familia, después en la escuela y, por último, en los grupos sociales en los que pretendan formar parte. La flexibilidad, un valor muy importante para educar, no puede confundirse con tolerancia generalizada o permisividad sistemática.

Especial interés habrán de poner los padres en controlar el sometimiento de sus hijos a las **niñeras electrónicas de hoy**: ordenador, internet, videoconsola, televisor... La falta de control sobre estos medios se reflejará, no pocas veces, en bajos rendimientos escolares, adicción a ellos o en problemas en su salud psíquica.

El problema del fracaso escolar tiene, en muchos casos, un origen en la mentalidad hedonista, que se traduce en el ámbito familiar en una educación permisiva, sin sentido del límite y sin estímulos para conseguir todo sin esfuerzo. ¿Cómo va la escuela a estimular la cultura del esfuerzo si desde todos los flancos de la sociedad los hijos respiran la cultura del hedonismo? ¿Quién puede transmitir el valor del esfuerzo en aquellos estudiantes cuyos padres les educan en un estilo «laissez-faire» (“haz lo que te dé la gana”).

## **2. EL EJEMPLO.**

“Lo primero que tienen que meterse los padres dentro de su cabeza es que los valores morales, éticos y religiosos con los que pretendan educar a sus hijos deben estar firmemente asumidos y tener la profunda convicción de que constituyen lo mejor para ellos, principios y valores que han de ser siempre defendidos y, por lo mismo, actuar en conformidad con ellos, sin que haya nada más pernicioso que el «doble mensaje» de decir «debes hacer y pensar esto» mientras ellos hacen y piensan lo contrario o, como mucho, son indiferentes”. (Mendiguchía, 2002).

## **3. ESTAR CON LOS HIJOS.**

A veces los padres no tienen más remedio que estar fuera de casa por el tipo de trabajo que desarrollan o por necesidades económicas perentorias. Pero, la mayor parte de las veces la vida moderna nos atrapa en una espiral de trabajo, compromisos (cenar, viajes, reuniones...). De forma que, cuando nos damos cuenta, ni estamos al lado de nuestros hijos, ni disfrutamos de /con nuestros hijos en la edad que se puede hacer, se debe hacer y es necesario hacerlo. Pero pronto comenzamos a encontrar justificaciones: “llegan muy tarde del colegio”, “nosotros volvemos a casa muy cansados” y a veces ni el fin de semana se utiliza para estar “de verdad” con nuestros hijos.

“Buscan para ellos lo mejor en términos de centro escolar, actividades extras, idiomas, libros, recursos informáticos, profesores particulares. Pero han desaprendido -hemos desaprendido- que todo esto es secundario, mientras que lo fundamental se nos escapa como agua entre los dedos. Lo fundamental no es que los hijos cuenten con recursos abundantes, ni con otras ayudas, sin con nuestra implicación permanente en su vivir diario y muy especialmente en su formación. Olvidamos, que la función educadora no es algo que pueda ejercerse de modo directo, en algún rato, sino que se aposenta sobre otras acciones y funciones ... Si no somos sus padres quienes atendemos personalmente a sus necesidades e inquietudes diarias y no compartimos de modo habitual sus espacios y sus tiempos de ocio, difícil lo tenemos. Si hemos transigido con que se aburran en casa y se diviertan fuera, más nos valdría pensar un poco a qué conducen nuestras inhibiciones”. (Garrido, 2002)

La necesidad de estar con los hijos, decíamos en el artículo al que nos hemos referido más arriba, es mayor cuanto más pequeño es el niño. Los padres son los verdaderos responsables de la educación de sus hijos y ésta no puede ser delegada en los demás, por muy buenos y competentes que nos parezcan los demás. Baste aquí citar unos indicadores que nos sirvan de aviso de que como padres comenzamos a desentendernos de nuestros hijos: no controlar sus tareas escolares, no saber quiénes son realmente sus amigos, no querer influir en la elección de los mismos si ello fuera necesario, no saber dónde se encuentran en sus ratos libres, dejar un televisor en la habitación del hijo... “Si esto ocurre es que estamos perdiendo el hilo educativo de nuestros hijos”. (Mendiguchía, 2002)

No estar con ellos significa delegar, por defecto, en la calle, en el ordenador, la videoconsola o en la televisión, con toda la carga manipuladora y violenta que esta última suele transmitir, aún en las bandas horarias pretendidamente infantiles.

“A los niños de la sociedad moderna les sobran las computadoras pero les faltan caricias de los padres... Si persiste el fetichismo de los medios técnicos nuestra civilización podría perder paulatinamente el sentimiento humano, hasta el punto de convertirse en una sociedad de espectadores saciados que renuncian a ser protagonistas de su propia existencia”. (Mayor Zaragoza, 1999).

Ninguno de los padres ausentes logra transmitir la imagen positiva que esperan y necesitan los hijos... Estos hijos se van educando, inacabados, dolientes, resentidos, hambrientos de autoridad y sedientos de la seguridad que el padre ha proporcionado siempre. (León de Molina, 1997)

Con objeto de desarrollar operativamente este principio proponemos a los padres y madres, a modo de ejemplo, las siguientes tareas concretas:

- Tener un rato de tranquilidad al día para compartir con nuestros hijos.
- Compartir con ellos momentos de comunicación y de ocio. La comunicación óptima emerge, muchas veces paralelamente a la realización de otra actividad, y suele ser muy provechosa: juntos en el carro durante un viaje, lavando la vajilla madre/padre junto hija/hijo...
- Dar prioridad a las vacaciones, las salidas o el descanso en familia.
- Hacer cosas juntos.
- No elegir la TV en detrimento de otras actividades: charla en familia, jugar con los amigos.

#### **4. DIÁLOGO.**

Si dedicamos tiempo a estar con los hijos/as, utilizamos la metodología educadora del ejemplo, nos hemos ganado y ejercemos la autoridad con ellos; todo esto hemos de acabar sazónándolo con el diálogo.

Diálogo supone, en primer lugar espontaneidad en las relaciones padres hijos. Implica, a su vez, una confianza mutua entre padres e hijos y debe evitar “muros de Berlín” que separen las ideas, afectos, proyectos, etc. y que en la familia haya compartimentos estancos sin comunicación entre ellos. No obstante, los padres deben entender que, especialmente los jóvenes, preserven su intimidad con “secretos” a los que no permiten les permiten acceder.

**“Los niños sometidos desde muy temprana edad a programas muy rígidos y pormenorizados acaban en muchas ocasiones mintiendo para quedar bien y tener algo de qué hablar, mientras que la espontaneidad lleva unas relaciones fluidas...”** (Mendiguchía, 2002)

En esta misma línea, aportamos el testimonio de un orientador escolar que ha tratado a muchos hijos con problemas de aprendizaje:

“Educar desde los primeros años en la comodidad y la indolencia es un riesgo para convivir en un mundo competitivo... La ausencia de disciplina suele llevar al desastre. Cuando el niño no adquiere disciplina en la familia y en el colegio, después acaba imponiéndosela el mundo. Un problema sólo se resuelve cuando se intenta afrontar y, con actitud positiva, se identifica cuidadosamente y se trabaja para resolverlo. No cabe decir del hijo(a) «es que es así», «es que no puede», «es que no es capaz»; todos los niños pueden cambiar a mejor y superar dificultades. Para ello basta que los padres se lo hagan ver así y le ayuden a admitirlo y a convencerse de ello... El camino hacia la comprensión, el entendimiento y la educación no puede ser otro que el diálogo. Sin olvidar que el diálogo implica escucha... Nuestros hijos en edad escolar, inseguros por definición, deben saber que los queremos y que siempre estamos dispuestos a escucharlos y apoyarlos”. (Cuenca, 1999)

El diálogo educativo exige que nuestros hijos sepan siempre lo que pensamos y lo que nos parece óptimo en su comportamiento o en sus decisiones, desde un punto de vista ético. Hasta ahí estamos obligados a llegar siempre, aunque a determinadas edades ya no podamos o debamos exigir su cumplimiento.

### **Algunas sugerencias para desarrollar en familia, relacionadas con el diálogo:**

- Hacer partícipes a todos los miembros de la familia de todos los temas del hogar, dificultades en el trabajo, problemas laborales, compra de una nueva vivienda, planificación de las vacaciones...)
- Comer en familia. A ser posible con la TV o el Celular apagada, para propiciar la comunicación.
- Propiciar reuniones familiares (cumpleaños, celebraciones...).

## **5. PREMIOS Y CASTIGOS.**

El seguimiento y control de las normas que hemos consensuado o exigido, como mínimos innegociables, nos conduce directamente a la necesidad de dosificar las sanciones y premios.

Para educar hemos de tener presente que el valor del premio es muy superior al del castigo. En lugar de censurar a nuestros hijos (“esto no se dice”, “eso no se hace”, “aquello está muy mal”) hemos de acostumbrarnos a felicitarles por las cosas bien hechas (aunque sea su obligación): ante cualquier avance en su forma de comportarse, por pequeño que haya sido e independientemente de los resultados; por el esfuerzo realizado, por un detalle con otra persona... Para Miret Magdalena (2003) el castigo difícilmente consigue algo. Lo cual no quiere decir que no tenga que haber restricciones, que eso también es educación, acostumbrar al niño a que las hay. Así es la vida y no pasa nada. No se trata del castigo por el castigo, sino de aprender que si no se respetan los límites es peor.

Este principio implica que los padres habrán de ser coherentes consigo mismo y entre ellos. No podemos reír o “hacer la vista gorda” un día y sancionar otro, o exigir una cosa el padre y la contraria la madre. Porque, en primer lugar, estaríamos “amaestrando” para que se comportara en cada momento / con cada persona, pero no educando. Además, tanto la carencia de control como la falta de consistencia en aplicar castigos, la falta de acuerdo ente los padres o el empleo del castigo físico favorecen, entre otras consecuencias, la adquisición de conductas agresivas. De otra parte, si sólo prestamos atención, por ejemplo, a los comportamientos agresivos o inadecuados de nuestros hijos, estos los repetirán con mayor fuerza cada vez que deseen llamar nuestra atención. A nivel práctico, proponemos:

- «No reñir en caliente...
- No sancionar para “hacer expiar la culpa”, sino para “sensibilizar” (castigo formativo). Hay que explicar el sentido de la sanción impuesta.
- Sancionar con calma. Nuestra “sangre fría” puede ayudarle al hijo(a) a meditar sobre su situación, incluso a aceptar nuestro análisis.
- Esto no significa indiferencia, o “dejar las cosas como están”; tenemos que expresar con firmeza nuestro parecer...

Respecto a “premiar”, es importante detenerse un momento... A veces una palabra de aliento, un reconocimiento en público o una comida extraordinaria, tienen más validez ante los niños que regalos costosos.» (García, J.; 2000)

## **LO QUE NO SE DEBE HACER EN LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS.**

A modo de resumen, hemos de concluir que no podemos dejar que la educación de los hijos aparezca en quinto o sexto lugar en las prioridades de los padres. Transcribimos a continuación a dos autores con unos textos clarificadores acerca de cómo no se debe educar a los hijos:

Los padres no deben considerar al hijo/a:

Como un «**enano**»; según este criterio el niño no es más que un adulto que no se ha desarrollado todavía, pero que siente, padece, piensa como él y sus motivaciones son parecidas (adultomorfismo). - Como una «**marioneta**»; que debe responder en todo momento a sus deseos (si tiro de un hilo tiene que hacer esto, si tiro de otro lo contrario). - Como un «**robot**»; que se programa y no puede pensar por su cuenta. - Como un «**ángel**»; al que hay que adorar como un ídolo porque no tiene defecto alguno. - Como un «**demonio**»; que no tiene más que defectos y ha de ser corregido continuamente. - Como un «**cachorro**»; del que no tenemos que preocuparnos más que de su salud física sin caer en la cuenta de que tiene un desarrollo psicológico y espiritual que hay que seguir atentamente.

## EDUCACIÓN DE UN HIJO ÚNICO

Son muchos los tópicos que giran en torno al hijo único. Tradicionalmente se ha considerado a los hijos únicos malcriados, egoístas, redichos o con dificultades para relacionarse con otros niños. Pero realmente no siempre se cumplen estas premisas... La experiencia de ser hijo único conlleva de entrada una serie de ventajas e inconvenientes, que se pueden potenciar o mitigar. Ser hijo único no determina en sí mismo el futuro del niño, sino que su evolución depende de la educación que reciba. Es muy fácil caer en la tentación de mimar o proteger en exceso a nuestros hijos, tengamos uno o varios, pero, si se trata de hijos únicos, todo resulta más evidente y crucial.

### PAUTAS PARA EDUCAR A UN HIJO ÚNICO.

- 1. La exuberancia material:** Es fácil escuchar a los padres el deseo de que a sus hijos «no les falte de nada». Darle a nuestro hijo todo lo que no tuvimos cuando éramos niños es uno de los errores más frecuentes. Los padres tenemos la obligación de evitar que nuestro hijo caiga en el consumismo debe aprender a contenerse y vivir la experiencia del deseo y la espera para que pueda continuar soñando.
- 2. Atención excesiva:** Dedicarle a nuestro hijo la atención que necesita para sentirse querido está muy bien, pero no hay que consentir que se convierta en un tirano exigente. No hace falta estar pendiente de él las 24 horas del día. Establecer unos límites y aprender a decir que no es fundamental.
- 3. Consentir demasiado:** A veces, los padres están tan encantados con su hijo(a) que apenas son capaces de negarle nada. De este modo, el niño pronto aprende que puede hacer todo lo que quiera.
- 4. Proteger demasiado:** La mayoría de los padres de hijos únicos procuran estar siempre pegados a ellos para que no les ocurra nada malo y resolverles todas las dificultades. Pero el temor y la dedicación excesiva por parte de los padres limitan el comportamiento del hijo y le vuelve temeroso, tímido y más cauto de lo normal.
- 5. Compensar demasiado:** Con frecuencia los padres, al sentirse culpables por no haber tenido más que un hijo, suelen verle como un niño(a) especialmente solitario y con un fuerte deseo (frustrado) de tener un hermano, por lo que tratan a toda costa de suplir las posibles carencias, sobre todo, si pasan poco tiempo a su lado.
- 6. Buscar excesivo perfeccionismo:** Los padres de un hijo único pretenden que el niño sea perfecto y el mejor en todo momento porque tienen todas sus expectativas depositadas en él. Esto le suele suponer al niño una presión tal que en muchas ocasiones le impide actuar por miedo a quedar como un fracasado frente a sus padres.
- 7. Tratar al niño como un adulto:** Muchas veces, por el modo en que se expresa, puede parecer que el hijo(a) único está adelantado en relación a su edad y que es un portento. Esta imagen de madurez es debida a que el único modelo de lenguaje y comportamiento que tiene son sus padres, pero en realidad sigue siendo un niño.
- 8. No le soluciones sus problemas de convivencia.** En el parque o en la playa, enséñale estrategias para encontrar compañeros de juego pero cuando haya aprendido a "romper el hielo", déjale resolver los problemas que pueden surgir entre ellos. Confiar en él es la mejor manera de convertirle en un niño sociable.
- 9. El tiempo de papá y mamá también se comparte:** Los hijos únicos tienen tendencia a sentirse el centro del universo y reclamar toda la atención. No tienen rival en casa pero no les ocurrirá lo mismo en el colegio o en el club de fútbol. Si no quieres que se convierta en un pequeño tirano, enséñale a respetar los tiempos, a saber esperar una respuesta, etc.
- 10. Enséñale a compartir y negociar:** La mejor escuela para aprender estos importantes valores de convivencia es el roce con otros niños. No tiene hermanos pero los niños del parque, los vecinos o los primos son excelente maestros.

## QUÉ POTENCIAR AL EDUCAR A UN HIJO ÚNICO:

**1. Aprender a decirle no.** A medida que el niño crece pone al adulto a prueba de todas las maneras posibles para obligarle a ceder. No se pueden satisfacer todos y cada uno de sus caprichos. Hay que establecer unos límites claros, la ambivalencia es nuestra perdición.

**2. Integrarle en la sociedad:** Al crecer sin hermanos y vivir sólo con adultos, les puede resultar más difícil compartir, relacionarse e integrarse con sus iguales. Por ello, los padres deben procurar que su hijo tenga contacto con otros niños desde muy pequeño, bien asistiendo a la guardería, invitando amigos a casa, llevándolo al parque o con miembros de su familia.

**3. Descubrirle el valor de la soledad:** Muchos padres de hijos únicos apuntan a sus pequeños a un sinfín de actividades para rellenar su agenda. Hay que buscar un equilibrio entre la relación social, el estímulo de las actividades y la oportunidad de aprender a emplear a su gusto su tiempo libre.

**4. Animarle a investigar:** Siempre y cuando no ponga en peligro su salud o bienestar, hay que dejar que experimente por sí mismo. Debemos ofrecerle oportunidades para que pueda explorar y tomar algunas decisiones por su cuenta.

## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE TENER UN HIJO ÚNICO

### Ventajas:

- Se le puede dedicar más tiempo y más recursos
- Los conflictos de relación y autoridad se reducen, ya que no existen disputas por el espacio o la atención de los padres.
- El niño vive con una carga menor de ansiedad y se siente muy querido, muy seguro de sí mismo y con una autoestima muy alta.
- Su desarrollo lingüístico es sorprendente y los resultados académicos suelen ser muy buenos debido a la intensa relación que tiene con los adultos y la gran atención y estimulación que recibe de sus padres.
- Desarrolla mucho su imaginación, aprende a entretenerse solos y favorece su afición por la lectura.

### Desventajas

- Todas las expectativas y exigencias familiares recaen exclusivamente sobre el hijo único.
- Se acostumbran a ser el centro de atención, lo que los hace más egocéntricos, impacientes y egoístas, ya que no están acostumbrados a compartir.
- Los padres se sienten culpables de no dar a su hijo un hermanito y tratan de protegerle en exceso para compensar las carencias que le haya podido ocasionar criarse en soledad.
- Al convivir sólo con adultos, pronto interiorizan el lenguaje, la forma de pensar y el comportamiento de las personas mayores, por lo que suelen madurar a una edad demasiado temprana.

## PAUTAS PARA SABER CÓMO PONER LÍMITES, EDUCAR CON RESPETO O MANEJAR LAS EMOCIONES DE LOS NIÑOS.

**1. Límites:** A la hora de criar es importante establecer límites. Tengan en cuenta que deben poner pocas reglas, pero efectivas. Sean firmes y amorosos, pero siempre cúmplenles a su hijo y a ustedes mismos. Sean consistentes y no cantaleteen. No se puede criar bien sin unos límites de lo aceptable e inaceptable. Sean claros y comuniquen con palabras y acciones coherentes.

**2. Coherencia:** Tengan conciencia de lo que dicen, pues deben cumplirlo. El niño está atento a esto y necesita una coherencia entre lo 'dicho' y lo 'hecho'. No hagan promesas, ni buenas ni malas, que creen que no pueden cumplir. Los padres necesitan que los hijos creen en ellos y esto se logra cumpliendo con lo que se dice o anuncia, y jamás cambien las reglas.

**3. Logros:** Estimulen el esfuerzo y progreso de sus hijos. No les pongan una presión constante para que sea excelente en todo lo que haga. Para lograr buenos resultados en las actividades de los hijos, nada más motivante para ellos que saber que sus esfuerzos son valorados y que la dedicación y los medios que busquen para alcanzar las metas son lo que realmente importa.

**4. Amor incondicional:** En una buena crianza es primordial manifestar el amor que se tiene a los hijos. Un buen amor acompaña, aprueba, pone límites, es honesto, incondicional y, sobre todo, no juzga, pero sí guía. El amor incondicional les da a los hijos un mensaje fuerte de que es valorado y apreciado, pase lo que pase. Ese amor se manifiesta de muchas maneras: con gestos, caricias, apoyos, consejos, confianza, etc. Lo importante es que el mensaje de amor le llegue al hijo, pues cada uno es diferente y va a necesitar expresiones de afecto especiales, pero no exagere, pues los niños se dan cuenta de la exageración, la artificialidad o la duda cuando se manifiesta el amor equivocadamente.

**5. Emociones:** Enséñenles a sus hijos a expresar sentimientos preguntándoles, por ejemplo: “dime algo bueno que te haya pasado hoy”, “¿qué te puso feliz?”, “¿algo te ha afectado?”. Esto permite el desarrollo de un lenguaje emocional necesario para tener buen conocimiento y manejo de las emociones.

**6. Rutinas:** Es prioritario planificar el hogar por medio de rutinas. Esto organiza mentalmente, emocional y físicamente a los niños. Todo buen hogar tiene rutinas y reglas claras que se deben seguir y cumplir. Si estas no se cumplen habrá consecuencias negativas, y si se cumplen existirá orden y armonía. Ejemplo, en los primeros años están la hora de las comidas, de vestirse, de estudiar, de recrearse...

**7. Frustraciones:** Saber que los errores son magníficas oportunidades para aprender es importante tanto para padres como hijos. La perfección no es la meta, pues no existen ni padres perfectos ni hijos perfectos. Existen lazos de afecto profundos como los que unen padres e hijos. El colegio solo puede reforzar lo que ustedes enseñan en casa. Estimulen la socialización y el juego libre en sus hijos. En este mundo tecnológico hay que sacar tiempo para que vean a sus amigos y disfruten de juegos de mesa, hagan deporte o compartan un 'hobby'. Es importante que sus hijos sepan que hacen parte de un grupo de amigos, pues en la adultez tendrán que aprender a convivir con otros.

**8. Funciones ejecutivas:** El manejo del dinero y del tiempo deben ser claves para los buenos padres. Sean firmes con el uso del dinero, y desde que es pequeño denle unas monedas para que aprenda a manejarlo. A medida que el niño crece se le puede dar una mesada, con la que deberá calcular sus gastos y hacerla rendir. El manejo del tiempo se enseña haciéndolos conscientes de cuánto se demoran en cada rutina diaria.

**9. Tiempo de calidad:** Para ser buen padre, especialmente en los años escolares (5 a 10), es muy importante hacer presencia en la vida de los hijos. Encuentren un tiempo individual con ellos, donde no haya interrupción; estarán ayudando a fortalecer el vínculo entre padres e hijos. Ese tiempo individual es de gran utilidad para los padres ocupados.

Siempre se puede sacar, aunque sea un rato corto, para leerle un cuento o para preguntarle cómo le fue en su día. Dicho espacio es un arma poderosa para hacer sentir al hijo importante. Procure pasar momentos individuales con cada uno, así disminuirán los celos entre hermanos.

**10. Educación con respeto:** El respeto es el mejor ingrediente del amor, por esta razón es necesario que los niños respeten siempre a sus padres y viceversa. Hoy en día vemos muchos niños empoderados, que gritan e irrespetan a sus padres. Esto es inaceptable. El niño que no respeta a sus padres termina por faltarles al respeto a los demás y a sí mismo. A la primera muestra de irrespeto, frene esa conducta retirándose o pidiendo al niño que lo haga. Además, es básico que usted nunca conteste un grito con otro. Lo mejor es decirle: “Así no podemos hablar, vuelve cuando estés tranquilo”. Esto es frecuente en la adolescencia.

**Annie de Acevedo. Psicóloga y educadora**

## **Bibliografía**

<http://www.santiagoapostol.net/revista03/educar.html>