

escuelaDePadres
CONCÍLIAteCUIDANDO.es

#01 EL RETO DE SER PADRES

EL RETO DE SER PADRES.

LA SOCIALIZACIÓN Y LA CULTURA.

Ser padres y madres es el reto más complicado al que se enfrentan las personas, comienza desde el momento en que nos enteramos que vamos a recibir un nuevo ser en nuestro entorno. Desde ese momento, cambia la perspectiva de la vida que nos rodea. Comenzamos a tomar las decisiones en función de cómo se puede ver afectado nuestro hijo/a, y nuestra vida empieza a girar en torno a él/ella.

Nuestros hijos, nacen, crecen y comienzan a vivir, esto es a establecer contacto con el mundo, comienza la **Socialización**, esto es la forma de relacionarse con el entorno.

La socialización, aporta dos aspectos fundamentales a la vida humana:

1. Facilita las bases y estructuras actitudinales para la participación adecuada y eficaz en la sociedad en la que vivimos. El sujeto necesita ser adaptado y adaptarse a su medio social.
2. Hace posible la sociedad. A través de la transmisión de valores y principios éticos de convivencia, de generación en generación, se construye y mantiene la sociedad.

El primer agente socializador es **La Familia**, tenga la estructura que tenga, el niño es lo primero a lo que accede y de lo primero que aprende a entablar relaciones sociales. Desde la Familia, el niño construye su esquema mental de la sociedad, de las normas y valores.

Los cambios sociales y domésticos han producido también cambios en los niños, en la actualidad, incluso los más pequeños han dejado de ser infantiles e inocentes, tienen un acceso mayor a la televisión y por tanto acceden a información que no es muy aconsejable. Muchos están sobreestimulados encontrándose nerviosos, irritables, con miedo y a consecuencia de esto pueden portarse mal.

En el pasado, la disciplina se basaba en la autoridad. Los niños no cuestionaban, no pedían ser escuchados. Hoy, ellos saben que tienen derechos y no temen expresarse. La aplicación de la disciplina se ha convertido por eso en un reto para 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 como padres también tenemos derechos como personas y obligaciones como padres. En este punto es muy importante la educación que hemos recibido.

Podemos revisar nuestra experiencia pasada y examinar la sociedad actual. Tendremos que aprender cosas nuevas y ajustar nuestro comportamiento de acuerdo con ello. El padre/madre actual debe adaptarse a los tiempos actuales, con las ventajas que esto tiene y con los inconvenientes. Como padres/ madres y como Familia tenemos que prepararnos para afrontar las dificultades, y para ser los primeros agentes de socialización de nuestros hijos.

Dentro de los esquemas de la socialización tenemos que tener en cuenta la cultura. La cultura es el conjunto de pautas, normas y guías que construye y dirige a una sociedad y la hace característica. La cultura se transmite a las generaciones a través de la socialización.

Es por esto, que al nacer un bebé, desde que la familia por ejemplo decide bautizarle o no, está transmitiendo una cultura, y por tanto socializando al niño de una forma u otra.

La socialización no es una cuestión genética o biológica exclusivamente, es también de relación con el ambiente.

La socialización se transmite a nuestros hijos a través de las pautas y de los estilos educativos, siendo la infancia el periodo clave para su adquisición.

El punto más importante que debe darse en una familia para comenzar con una correcta socialización, es la conducta de apego entre los miembros. Esta es la función principal de supervivencia, es la capacidad de transmitir los padres a los hijos la protección y la proximidad durante un periodo de tiempo prolongado, este es el papel fundamental de los padres sea como sea la tipología de la familia.

Además de la protección, la Familia, tiene un segundo papel fundamental, desarrollar y construir en los hijos el autoconcepto y potenciar su autoestima.

En la sociedad actual, ser padres, no es nada fácil, la sociedad necesita que la mujer se incorpore al trabajo, y que el hombre desarrolle el rol de padre en casa.

El concepto de familia ha cambiado, por tanto, como padre y madre debemos estar formados para ello, y ejercer la paternidad como padres preparados.

Nos vemos obligados a adquirir nuevas habilidades, siendo probable que durante nuestra infancia, el modelo que tuvimos, no nos es válido para nuestra tarea de padres en la actualidad.

LA EDUCACIÓN

Cada Familia es distinta y por tanto la forma de educar no se realiza siempre de la misma manera, de hecho, encontramos diferentes estilos educativos con distintos criterios para educar.

Los criterios educativos son las bases en las que vamos a basar los estilos educativos.

Nuestra metodología de trabajo como padres siempre tiene que ir orientada hacia la **interiorización, (es conseguir transmitir las cosas haciendo razonar a nuestro hijo, de manera que interiorice los mensajes y los haga suyos).**

El niño desde pequeño debe aprender a respetar los hechos, las personas y los objetos. La madurez se consigue cuando se comprende el entorno y es capaz de defender las ideas y razones con respeto.

Como padres debemos entender que no somos amigos sino padres amistosos dialogantes que tenemos la responsabilidad de educar a nuestros hijos, enfrentándonos con autoridad, aceptando o rechazando el comportamiento, pero siempre argumentando un por qué y exigiendo un cumplimiento de las normas.

La familia, además de garantizar la salud física, debe fomentar en el niño unos hábitos, donde se adquiera una madurez psicológica, emocional y personal, evitando las impulsividades y egocentrismos (interés en sí mismo) mediante unas pautas educativas.

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

Se debe facilitar 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.

Para que unas pautas sean válidas deben ser las prácticas 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 o situación familiar o social.

Algunos puntos que se deben transmitir a nuestros hijos son:

- El respeto por las personas.
- 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 respetar las normas reconocidas como positivas.
- Compartir con los demás sus cosas y su tiempo.
- La comprensión del punto de vista del otro y de los procesos de la vida.

Los estilos educativos, son esquemas prácticos que se reducen de las pautas educativas en unas dimensiones básicas. Estas dimensiones son:

El **control firme** en contraposición a **control relajado**

La **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 bidireccional padre-hijo, frente a la **comunicación unidireccional**.

Comunicación abierta, frente a **comunicación cerrada**.

Por tanto en base a la exigencia paterna/materna y su disposición tenemos diferentes los diferentes criterios educativos:

AUTORITATIVO-RECIPROCO.

Los padres ejercen un control firme, consistente y razonado. Establecen el principio de reciprocidad, esto es aceptar los derechos y deberes de los hijos exigiendo a los hijos que acepten los derechos y deberes de los padres.

Los padres ejercen la responsabilidad y el liderazgo que les corresponde, sin embargo los hijos no sienten este control como algo rígido.

Este estilo fomenta el autoconcepto del niño de una manera realista y coherente, y con positivismo.

Realza la autoestima y la confianza en sí mismo, da una equilibrada combinación de obediencia e iniciativa personal, fomenta la creatividad y la madurez psíquica.

Realza la responsabilidad y fidelidad a los compromisos personales.

Fomenta la competencia social y prosocial, disminuye los conflictos.

Crea un elevado logro y altas calificaciones escolares.

AUTORITARIO – REPRESIVO

Es tipo de control se caracteriza por ser un control rígido se combina con falta de diálogo y reciprocidad.

Las normas tienen forma de edictos, aparece una acentuada y exagerada autoridad paterna y se inhibe cualquier intento de poner en cuestión ciertos criterios.

Se reducen las alabanzas y se fomentan los castigos.

Los padres se caracterizan por una no disposición a la respuesta. De este modo los padres definen las necesidades de los hijos pero sin contar con ellos.

La implicación en las necesidades de los hijos es intensa pero se define por parte de los hijos como intrusismo. Este estilo se centra en los padres. Se logran objetivos ideales para la educación paterna como son logros escolares, disciplina, docilidad, ausencia de conflictos, pero existen un riesgo al llegar a la adolescencia y es que aparezca la rebeldía de manera explosiva y en esta etapa además puede existir por tanto un distanciamiento de los padres.

ESTILO PERMISIVO- INDULGENTE.

Los padres en este estilo, no resaltan la autoridad paterna. No establecen normas ni distribución de tareas, no existen horarios....

Los padres acceden fácilmente a los deseos de los hijos, son padres tolerantes en cuanto a la expresión de los impulsos de sus hijos, incluida la ira, la agresividad oral y física. Los padres van accediendo y cediendo poco a poco ante estos comportamientos.

Estos padres usan menos castigos que los padres autoritativos y autoritarios.

El control laxo no excluye su implicación y compromiso con sus hijos, ni decimos que no les preocupe la formación. No es que no atiendan ni respondan a sus necesidades, pero son los hijos los que acaban dominando en todas las situaciones y dirigen a los padres en base a su comportamiento e impulsos.

Estos niños presentan altas puntuaciones en autoestima, autoconfianza y prosocialidad, en cambio presentan falta de autodominio, autocontrol y falta de logros escolares.

ESTILO PERMISIVO – NEGLIGENTE.

Estos padres no tienen la implicación afectiva en los asuntos de los hijos y son padres que se desentienden en la cuestión educativa de los hijos.

Normalmente los padres están absorbidos por otros compromisos y reducen la responsabilidad a los mimos y en algunas ocasiones incluso a las compras de ciertos juguetes.

Dejan que los hijos hagan lo que quieran con tal de que no les compliquen en sus tareas, acceden a las demandas materiales y a los caprichos de sus hijos, pero sin atender a la verdadera necesidad.

Estos hijos presentan una autoestima negativa, graves carencias de autoconfianza y autorresponsabilidad. Bajos logros escolares, escaso autodominio y bajo esfuerzo personal.

Los niños al no encontrar el apoyo y la afectividad en sus padres, lo buscan en grupos de iguales, caracterizados generalmente por la subcultura antiescuela, se produce un alejamiento del hogar y la búsqueda de diversiones evasivas que en muchos casos pueden ser peligrosas.

Puntualizaciones sobre el control paterno.

Está claro que todos los padres tienen que ejercer de algún modo y en múltiples ocasiones un control sobre 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 el control.

1. El criterio básico para valorar positivamente las prácticas de control es que estas conduzcan a que el sujeto se llegue a autocontrolar. En este sentido el mejor estilo educativo 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 se orientan a que el niño consiga el autocontrol. Hay que tratar de que el niño interiorice lo que se le dice. Cuando se consigue la interiorización se produce una mayor capacidad de autocontrol, por eso tenemos que insistir como padres en este aspecto.
2. Sobre la obediencia de los niños y el autocontrol. Para conseguir un autocontrol y autonomía, como padres debemos promover la confianza fundándola en un amor genuino e incondicional, hay que esforzarse para que la obediencia sea cada vez más razonada, dialogada y cooperativa, aunque al principio haya habido que utilizar por edad mandatos y órdenes precisas.
3. Sobre la intensidad del control paterno. Los niños necesitan en momentos de su vida un cierto control paterno. Aplicar el adecuado, en el momento adecuado y sobre lo que se debe controlar es la tarea más difícil como padres. El control insuficiente transmite el mensaje que la tarea propuesta al niño no tiene valor, incluso que ni los mismos padres creen en ella. Por ello los niños no obedecen ni interiorizan lo mandado. Por el contrario un control excesivo e indiscriminado produce conformismo y rebelión interior. A la larga esta rebeldía tiene un carácter negativo, que le impide aprender debido a su negatividad.
4. Sobre el uso de premios y castigos en el hogar. Es de destacar las ventajas que tienen los premios, las alabanzas y reconocimientos por encima de las reprimendas, las correcciones desvalorizadoras y los reproches como medios de control del comportamiento. 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. El uso de premios y alabanzas es un medio menos arriesgado, pero tenemos que tener en cuenta que los mensajes positivos o los premios pueden ser ineficaces cuando los padres los dan por cosas espontáneas que no han supuesto demasiado esfuerzo.

PRINCIPIOS EDUCATIVOS.

Al ejercer como padres tenemos que recordar siempre tres principios educativos. La disciplina, las normas y los límites.

La Disciplina

La disciplina es la regla o la norma que utilizan los padres para hacer, desde la responsabilidad en su función de enseñar y de los hijos en su obligación a aprender, que estos adquieran los aprendizajes básicos para construirse como personas.

Esta regla debe utilizarse con decisión y firmeza (no violencia), seriedad, constancia y con respeto y valoración hacia el niño.

Disciplina no es castigar, es hacer cumplir estimulando y razonando, el objetivo es enseñar a hacer las cosas bien. El castigo es enseñar a no hacer las cosas incorrectamente. Cuando se enseña disciplina se establecen límites y se dan responsabilidades, se estimula su amor propio y se les enseña a resolver problemas y a decidir correctamente.

Hay muchas razones por las que un niño se puede portar mal.

Inmadurez, desconocimiento y rebeldía pueden ser entre otros. Los padres ante estas situaciones tienen que enseñar disciplina, y esto es mostrar las consecuencias de su mal comportamiento, para que ellos no vuelvan a cometer el mismo error.

El mal comportamiento no debe contemplarse como un problema o un fracaso, es el proceso evolutivo, es un aspecto en el proceso hasta que se alcanza la madurez.

Aprender a instaurar con mis hijos disciplina supone tener mucha práctica, y asumir desde el principio que no somos padres perfectos. Debemos tratar de ser naturales, auténticos, espontáneos y sinceros, con nosotros mismos y con nuestros hijos, no perfectos.

No importa que nos equivoquemos, hay que saber pedir perdón a nuestros hijos si es necesario y reconocer también que ellos como hijos también cometen fallos y no se comportan siempre como de ellos se espera.

Aspectos donde se puede aplicar la disciplina son el **orden y la organización**. Debemos explicar a nuestros hijos la importancia de tener las cosas recogidas y facilitarles los lugares donde queremos que depositen sus objetos. Por ejemplo juguetes, ropa sucia, mochilas, abrigo, etc.

El tiempo y los horarios. Podemos establecer el horario de comidas y cenas, el tiempo de ver la tele y la duración. Tiempo de juego, horario para realizar las tareas, etc...

Para ayudarnos a establecer disciplina:

Listas de tareas: Hacer un listado con las cosas que esperamos que nuestros hijos realicen, y en el orden en el que queremos sean realizados nos puede ayudar a ahorrarnos muchos conflictos y discusiones y a ellos el tener un conocimiento exacto de lo que se espera de ellos.

Dar ejemplo: Es una forma muy eficaz de guiar a los niños y jóvenes. También puede ser un arma de doble filo, ya que los niños copian del adulto tanto los comportamientos adecuados como los inadecuados. Y ante una contradicción entre lo que decimos y lo que hacemos nuestro hijo siempre copiará el comportamiento físico antes que el verbal.

El respeto y la sinceridad: Intentar aplicar ambas con nuestros hijos. El respeto es como un bumerang, si lo lanzamos volverá a nosotros. Si hablamos educadamente a nuestros hijos, ellos harán lo mismo con nosotros, si somos honestos, si hablamos con amabilidad y sensibilidad harán lo mismo. Si les tomamos en serio ellos nos tomarán en serio.

También tenemos que ser realistas, no podemos esperar que siempre nos traten con el máximo respeto, y tolerar que en ocasiones se quieran hacer los interesantes con sus amigos, que estén enfadados, frustrados y pierdan el control, recordemos que están dentro de un proceso evolutivo hacia la madurez. Ante estas situaciones debemos afrontarlas con madurez, comprensión y tratar de solucionarlas con decisión.

En cuanto a la sinceridad, es el modelo que tenemos para desarrollar la sinceridad de nuestros hijos, esto nos puede ahorrar muchos problemas educativos futuros derivados de la falta de sinceridad.

El comportarse de una manera adecuada no surge de manera espontánea en nuestros hijos, y por tanto la estimulación ayuda a fomentar en nuestros hijos una mayor autoestima y así mejorar la implantación de la disciplina en ellos. Ante esto debemos ser positivos, elogiar y a veces premiar la conducta adecuada, pero en su justa medida, ya que un mal uso puede resultar el efecto contrario.

Los elogios, deben remarcar lo positivo aunque sea insignificante, a veces nos centramos más en ver lo negativo y lo que hay que corregir que en lo que el niño hace de manera correcta. Tenemos que tratar de decir lo que hace bien, aunque sea un poco y no lo que hace mal.

Los elogios deben ser sinceros, de corazón y decirlos de verdad. Cuando queramos corregir algo debemos centrarnos en el hecho, no en quien lo ha hecho, por ejemplo digamos “no se tiran papeles al suelo” en vez de “eres un cochino”

No tenemos que comparar a nuestro hijo con nadie, comparar agranda al modelo, pero empequeñece al comparado.

Como padres, no debemos ser poco sinceros, demasiado efusivos ni manipuladores con nuestros hijos.

Los premios son también utilizados para reforzar los comportamientos y el aprendizaje de la disciplina. En estos casos debemos tener en cuenta en elegir con precaución los premios y hay que darlos con moderación, ya que no todos los comportamientos deben ser premiados, el niño debe aprender que hay comportamientos que se deben hacer porque sí.

Hay que encontrar ese equilibrio lógico. La elección del premio debe depender de la edad, las circunstancias particulares, de lo que para el niño tenga valor y lógicamente de lo que como padres estemos intentando estimular.

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 interfiera en los demás. Las normas se tienen que adaptar a la edad y a la etapa de vida de nuestro hijo, no podemos exigir el mismo comportamiento en la mesa a un niño de 1 año que a uno de 10.

Las normas y límites se establecen por:

- Motivos de salud
- De Seguridad
- De convivencia
- Para vivir en armonía
- Por valores morales y religiosos.

Como padres tenemos que elegir nuestras propias normas, aquellas que queremos rijan nuestro ambiente familiar y el de nuestros hijos. Normalmente están basados en lo que nos han transmitido nuestros padres y en base a lo que hemos ido elaborando en nuestra vida.

Para elegir nuestras normas debemos revisarlas y asegurarnos que tienen una verdadera importancia y que por tanto merecen la pena mantenerlas. Debemos inculcarlas a nuestros hijos, pero sin extralimitarnos, cuidado en imponer tantas normas con las que privemos de libertad a nuestros hijos.

Tenemos que ser flexibles y variar las normas en función de las necesidades y de que nuestros hijos vayan cambiando a medida que crecen.

En algún momento nos encontraremos con dificultad de hacer que nuestros hijos cumplan las normas y para ello podemos tener en cuenta los siguientes puntos:

- Tenemos que ser comprensibles, las normas y los límites tienen que ser establecidos de forma clara, los niños y adolescentes necesitan oír y saber exactamente que se espera de ellos y que comportamiento se desea que tengan.
- Debemos dejar que los niños se expresen. Los niños y adolescentes (sobre todo), valoran que se les tenga en cuenta a la hora de establecer limitaciones. Si ellos colaboran es más fácil que obedezcan. El escucharles no significa que tengamos que acceder a sus deseos y estar de acuerdo con ellos. Algunas normas pueden estar establecidas por los padres desde su responsabilidad.
- Explicar el por qué. Hay que tratar de que los niños comprendan las razones de las normas, tienen que saber que detrás de cada norma hay una explicación lógica, esto ayuda a que obedezcan. “No debes traspasar el sábado por que el lunes tienes un examen”.
- Hay que comunicar las normas antes de aplicarlas. Tenemos que hacer lo posible porque nuestros hijos conozcan las normas para que las puedan cumplir y obedecer.
- Recordar periódicamente las normas. Los niños y jóvenes olvidan las normas con facilidad. Intentemos recordarlas de manera amable y delicada. Si nuestro hijo olvida la norma de manera reiterada, y nuestro recordatorio se convierte en una rutina, debemos de tratar de conocer que es lo que está pasando.
- Debemos exponer las normas de manera positiva, mejor que negativa, para que les sea más fácil cumplir las normas, esto es “podéis jugar a la pelota fuera, mejor que No se puede jugar a la pelota en casa”.

QUE HACER DESPUES DE UN MAL COMPORTAMIENTO.

Hay veces que podemos prevenir un mal comportamiento, otras tendremos que intervenir después de que nuestros hijos se hayan portado mal. Lo normal es que cuando un niño se porte mal sus padres tengan que intervenir, y es lo más aconsejable.

El tipo de intervención tiene distintas formas, por un lado tenemos la DISCIPLINA FLEXIBLE o SUAVE, nos referimos a esta cuando no hay que hacer demasiado. En el término opuesto nos encontramos la DISCIPLINA FUERTE, que es más elaborada y hay que aplicar más dureza.

Disciplina Suave.

Dentro de la disciplina suave nos encontramos lo siguiente:

Recordar la Norma, hay veces que nos va a bastar con esto.

Advertir de las consecuencias, que es lo que va a suceder si infringen la norma. Las advertencias funcionan si se dicen una o dos veces, si se advierten una vez tras otra, su hijo no le toman en serio.

Ignorar el comportamiento, en ocasiones, no hacer caso a un comentario o ciertas palabrotas es lo más adecuado.

Elogiar un comportamiento. Hacer un comentario positivo de lo que el niño ha hecho correctamente, aunque haga otras cosas mal, es un buen recurso para estimular el comportamiento acertado.

Disciplina Fuerte

Cuando no funciona la disciplina suave, se necesita algo más contundente y persuasivo que enseñe a no infringir las normas. Lo que significa averiguar por qué se da el mal comportamiento y establecer cambios para que no se repita.

¿Por qué se portan mal los niños?

Los niños habitualmente se portan mal para satisfacer sus necesidades o porque no saben hacerlo mejor, pero no con la intención de molestar.

A veces porque no están preparados para enfrentarse a situaciones. Ejemplo: Un niño de tres años cruzara la calle por que no entiende el peligro.

Cuando esto es así, los padres deben asumir el control de la situación.

Otras veces, es la curiosidad la causa del mal comportamiento, ejemplo: Un niño de diez años, puede romper un reloj por intentar averiguar como es por dentro. Cuando esto sucede, lo mejor es aplicar un acción que obligue al niño a reparar la mala conducta y dar una explicación son suficientes.

Otras veces los jóvenes se portan de forma inadecuada para satisfacer sus necesidades, sentirse importantes, ser cabecillas, demostrar fuerza, saberse aceptados. Estas son las situaciones más duras para los padres.

En estos casos lo mejor es hacer que experimenten las consecuencias del mal comportamiento y descubran que hacer para evitar que se repita.

CONSECUENCIAS O CASTIGOS.

Es necesario mostrar que los comportamientos tienen efectos y que cuando sus acciones rompen ciertas reglas establecidas hay que aplicar consecuencias. Estas consecuencias para que sean eficaces tienen que cumplir lo siguiente:

- Ajustarse a la edad del niño.
- Adecuarse a la intensidad
- Centrarse en el comportamiento, no en el niño.
- Tener algún significado para el niño.
- Aplicarse lo más cercanamente al hecho.
- Servir para enseñarle a porque no hacerlo de nuevo.
- Explicar y razonar las consecuencias.

Una consecuencia es la aplicación de un efecto por una conducta inadecuada, que trata de enseñar al niño.

El castigo trata de que ese efecto en el niño le haga sentir incómodo y tema portarse mal de nuevo. Combinar ambos dos es un buen recurso contra los malos comportamientos.