

CURSO

# HABILIDADES EDUCATIVAS PARA MADRES Y PADRES



---

<http://www.familiasenred.es>

## HABILIDADES EDUCATIVAS PARA MADRES Y PADRES

### ESQUEMA DEL CURSO

1. El desarrollo del niño/a
2. La disciplina
3. ¿Quién debe aplicar la disciplina?
4. La necesidad de los límites
5. Condiciones que deben cumplir las recompensas y los castigos para ser eficaces
6. Actitud ante los aciertos y los errores

Bienvenido/a al curso de ***Habilidades educativas para madres y padres***. Este curso pretende ser una guía básica de cuestiones a tener en cuenta a la hora de premiar y corregir a nuestros hijos e hijas en sus comportamientos cotidianos.

Nuestra intención no es darle demasiada información que pueda resultar agobiante, sino tratar una serie de cuestiones sobre las cuales debatir y compartir puntos de vista. Desde luego, hay mucha más información que podríamos darle, pero el equipo docente ha creído mejor que ustedes cuenten con unos contenidos generales y que, si lo desea, pueda complementar esta información con los recursos que aparecen en la página principal del curso.

Le animamos a participar activamente en el foro general del curso y en el chat, que le permitirán charlar con otras madres y padres para compartir sus experiencias. Le recordamos, además, que cuenta con la herramienta llamada **Tutorías**, que le permite aclarar sus dudas privadamente con el tutor del curso.

Antes de comenzar con el material incluido en este documento o con las actividades del curso, lea detenidamente la presentación del curso en la página principal. Si tiene cualquier duda sobre lo que se plantea, no dude en consultar al tutor.

Por último, los contenidos que verá en el presente documento son los siguientes: En un primer momento, se hablará de forma muy breve de por qué los niños y las niñas actúan como lo hacen, para seguir con qué entendemos por disciplina. A continuación, trataremos el tema de quién debe definir la disciplina para luego reflexionar sobre la importancia de definir límites para nuestros hijos. Seguiremos con cómo hacer que funcionen las recompensas o castigos con nuestros hijos y terminaremos hablando de la actitud más conveniente ante los aciertos errores de nuestros hijos.

**BIENVENIDO/A AL CURSO DE HABILIDADES EDUCATIVAS  
PARA MADRES Y PADRES**

Imagine, por un momento, dónde le gustaría trabajar. Piense en los dos modelos de *empresa* que le proponemos a continuación:

- 1. En primer lugar, imagine una empresa en la cual sus dos jefes no se ponen de acuerdo; en la que, cuando un jefe decide algo, el otro le contradice. En esta empresa, las normas cambian cada día, y dependen del estado de ánimo de los jefes.*
- 2. En segundo lugar, imagine una empresa en la cual hay una serie de normas rígidas pero muy claras, que además son estables en el tiempo, es decir, que no cambian en función del estado de ánimo de los jefes.*

¿En cuál de las dos empresas preferiría trabajar?, ¿en cuál de ellas cree que su rendimiento sería mejor?, ¿en cuál cree usted que estaría más cómodo/a? Seguramente, preferirá la empresa B.

De la misma manera que los adultos preferimos que las normas que debemos cumplir estén claras y sean sencillas de comprender y utilizar, los niños durante su desarrollo tienen más posibilidades de cumplir las normas de comportamiento en casa si son pocas, claras y estables.

Pensemos que el niño, desde muy pequeño/a, intenta encontrarle un sentido a lo que le rodea, y una de nuestras labores como adultos es ayudar al niño o niña a construir el significado del mundo. Para ello, no sólo debemos estimularles en el desarrollo del lenguaje o en la comprensión del mundo físico (por ejemplo, porqué cae un objeto), sino también en cuanto a las relaciones

entre las personas y en las normas de convivencia, entre otras cosas. El objetivo de este curso no es enseñar cómo castigar o recompensar a nuestros hijos, sino **aprender a enseñarles normas a nuestros hijos e hijas**.

## 1. El desarrollo del niño/a

Debemos ser conscientes de que la gran mayoría de comportamientos que desarrolla nuestro hijo o hija se deben a que los ha aprendido de alguna manera, aunque no seamos conscientes de cómo lo han aprendido. Esto quiere decir que, igual que lo han aprendido, pueden aprender cosas nuevas.

Cuando decimos que un niño es “bueno” o es “malo”, realmente lo que estamos valorando es qué tipo de comportamientos ha aprendido, pero no que el niño sea “bueno” o “malo” por sí mismo. Dicho de otra forma, una cosa es que el niño se porte mal y otra que el niño sea malo.

Es fundamental hacer esta distinción, porque si pensamos que el niño o niña es malo o mala, estamos pensando que el niño o niña “es así”, y que no vamos a poder hacer nada para que cambie su comportamiento. Por el contrario, si pensamos que su comportamiento ha sido aprendido, sí que nos podemos plantear enseñar a nuestro hijo o hija otros comportamientos.

Los primeros años de vida son muy importantes para el desarrollo de las personas, porque son la etapa en la que nuestra mente es más flexible a los cambios y en la que la influencia de los padres es mayor. No es que después de este período no haya aprendizaje ni que no sea importante la educación, pero es muy importante transmitir valores a nuestros hijos desde un principio.

No hay que esperar a que los niños crezcan para enseñarles conductas, ni esperar que el niño aprenda por sí mismo conforme crece. Muchos padres creen que los comportamientos no deseados se arreglarán cuando el niño o niña crezca, pero esto no siempre sucede. Por eso, es preferible esforzarse desde un principio por enseñar conductas adecuadas a nuestro hijo o hija.

## 2. La disciplina

En el mundo de hoy en día, parece que la *disciplina* tiene muy mala prensa, y que es en cierto modo negativa para el desarrollo de nuestros hijos. Esto sin duda se debe a que muchas personas confunden el término *disciplina* con la falta de cariño, cuando esto no es así.

La disciplina permite el equilibrio emocional de las personas y la armonía con aquellas personas que le rodean. La falta de disciplina durante el desarrollo del niño o niña acaba pasando factura; en primer lugar, al propio niño o niña, ya que no son capaces de controlar su propio comportamiento, lo que les genera frustración y, en segundo lugar, a toda la familia, puesto que la armonía familiar se ve alterada. Esta alteración de la persona y de toda la familia termina siendo una de las bases de diversos problemas sociales graves.

La mala prensa de la *disciplina*, como decíamos, tiene que ver con que se confunde ésta con castigo e imposiciones; muchos padres y madres entienden que la *disciplina* es el sistema educativo en el que crecieron ellos y ellas, que en muchas ocasiones era autoritario y centrado en el castigo, y del que no tienen buenos recuerdos. Sin embargo, la *disciplina* no es castigar autoritariamente, ni utilizar la fuerza física, ni enviar a la cama sin cenar. La *disciplina* es, simplemente, cumplir una serie de normas que permiten que la convivencia sea mejor y seguir unos valores basados en el respeto a las otras personas. Disciplina es también aprender a esforzarse, a trabajar por conseguir un objetivo que se desea, y aprender a aceptar las limitaciones que tiene la vida.

Por tanto, entendemos por disciplina no sólo que un niño o niña no tire las cosas que encuentre a su paso, sino también que colabore en las tareas de la casa, que haga sus deberes, que aprenda a hablar correctamente, que sea capaz de entender que sus padres no pueden comprarle todos los juguetes que ve en una juguetería y que comprenda que no puede comer hamburguesas todos los días.

### 3. ¿Quién debe aplicar la disciplina?

Lógicamente, los principales responsables de la educación de los niños y niñas son los padres y profesores; sin embargo, es fundamental que otros adultos (abuelos, hermanos mayores, etc.) colaboren en este tema para que las normas estén claras. Si un niño o niña ve que sus padres tienen unas normas establecidas y que sus abuelos no las tienen en cuenta, aprenderán que esas normas *dependen*, y que, por tanto, cumplirlas depende de quién esté en ese momento con el niño.

Si, por ejemplo, unos padres tienen como norma que el niño o la niña lleve su plato a la cocina una vez termina de comer y los abuelos no siguen dicha norma, el niño o niña posiblemente no pensará que los abuelos son permisivos, sino pensará que sus padres son *muy duros*, y que no lo tratan tan bien como los abuelos.

Si esta situación no es deseable, resulta peor cuando, además, un adulto le quita autoridad a otro en presencia del niño o niña; es decir, cuando uno de los padres le dicen al niño que cumpla una norma y otro adulto le contradice. Veamos el siguiente ejemplo:

- **Madre:** Paula, recoge los juguetes que tienes por el suelo
- **Paula:** Después, mamá
- **Abuela:** Déjala, mujer. Ya los recojo yo
- **Madre:** No, tiene que aprender a ordenar sus cosas
- **Abuela:** Aún es muy pequeña para eso. Anda, ve a hacer tus cosas, que ya nosotras nos arreglamos

Miremos esta conversación, ¿qué cree usted que piensa Paula ahora?, ¿quién creerá Paula que “tiene la razón”? Sin duda, Paula tenderá a creer que su madre es muy “dura”, y que su abuela es “buena”; sin embargo, ¿cuál de las dos opciones (la de la madre o la de la abuela) es mejor para que Paula se desarrolle?

Es posible que esta situación que le hemos puesto no le resulte extraña, y es que muchos adultos piensan que el demostrar cariño a un niño o niña supone dejarle hacer lo que le apetezca sin imponerle nada; sin embargo, esta forma de demostrar cariño puede provocar muchos problemas de comportamiento en el niño, que no ha desarrollado las capacidades suficientes para *madurar*. Pensemos, por ejemplo, en un niño al que sus padres o abuelos no le motivan a que desarrolle el lenguaje. Veamos el siguiente ejemplo de una madre que sí motiva a su hijo para que se esfuerce en ir desarrollando el lenguaje:

- **Saúl:** Quiero eso
- **Madre:** ¿Qué es “eso”, Saúl?
- **Saúl:** Esooo, eso que está ahí
- **Madre:** Ahí hay muchas cosas. ¿Qué quieres?, ¿la pelota, el oso, el cubo?
- **Saúl:** El oso, quiero el oso
- **Madre:** ¡Muy bien, Saúl! ¿Ves? Ahora sí te he entendido. Toma el oso

Esta madre seguramente sabía desde un principio que Saúl lo que quería era el oso, pero ha intentado en que se esforzara por hablar, y por decir concretamente qué es lo que quería. Seguramente para la madre de Saúl le hubiera resultado más cómodo alcanzarle el oso la primera vez, pero lo que ha



hecho es ayudar a que Saúl adquiriera el lenguaje. De esta forma, está cumpliendo con una disciplina y no deja de ser cariñosa con su hijo.

Pensemos en otro ejemplo. Algunos padres y madres llevan a su hijo o hija en cochecito hasta muy mayores, y suelen decir que hacen eso para evitar que *sus hijos se cansen*, aunque habría que preguntarse si ésta es la verdadera razón o lo hacen para evitar cansarse ellos mismos, al evitar tener que caminar al paso de su hijo o hija. ¿Qué consecuencias tiene ese comportamiento para su hijo? Pues posiblemente, el niño tardará más en desarrollar sus piernas, le costará más andar, etc.

Por tanto, la disciplina es algo necesario en el desarrollo de nuestros hijos e hijas, y para desarrollarla debemos tener en cuenta una cuestión fundamental: la disciplina es algo que debe estar presente siempre, todos los días; que comienza poco a poco y se va desarrollando conforme el niño o niña crece. Si no lo hacemos así y esperamos a que el niño crezca para enseñarle disciplina, es posible que no lo consigamos.

#### **4. La necesidad de los límites**

Los niños, al igual que los adultos, tienen sus deseos, y eso es algo no sólo natural, sino saludable. Expresar los propios deseos es un aprendizaje necesario en la vida, ya que quienes no desarrollan esta capacidad suelen ser personas que de adultas tienen problemas a la hora de defender sus derechos ante otros. Sin embargo, una cosa es que los niños tengan sus deseos y otra muy distinta que todos deban cumplirse.

No se deben satisfacer todas las apetencias de los niños. Deben aprender a que la vida impone límites, porque de lo contrario será incapaz de afrontar las dificultades cuando crezca, y la frustración que sentirán será mucho mayor que si les hubiéramos enseñado poco a poco a hacerles frente. Lógicamente, queremos darles a nuestros hijos todo lo que podamos, pero es de vital importancia enseñarles que la vida no da todo lo que nos gustaría, y que hay que saber tolerar eso. Es más, la incapacidad para hacer frente a las

frustraciones cotidianas de la vida es una fuente importante de problemas graves durante la adolescencia y la juventud.

Algunos padres rechazan la idea de poner límites a sus hijos e hijas por las siguientes razones, entre otras:

- Tienen pena de que sufran. Lógicamente, a los padres les gusta ver a sus hijos felices, por lo que muchas veces acceden a todo lo que les piden. Sin embargo, no debemos olvidar que las frustraciones también son parte de la vida, y no vamos a poder proteger a nuestros hijos del sufrimiento en todos y cada uno de los momentos, por lo que es necesario enseñarles cómo enfrentarse a él.
- Además, muchas veces es más cómodo ceder a lo que piden los niños o niñas que negárselo.
- La sociedad, los medios de comunicación, la propaganda... suelen poner mucha más importancia en los derechos que en las responsabilidades de las personas, por lo que transmiten que lo importante es disfrutar de los derechos que se tienen, y no cumplir con las responsabilidades.

Para poner límites, tenga usted en cuenta los cuatro principios generales que ahora le comentamos:

#### **a. Concretar los límites**

Para poner unos límites, no basta con decir lo que “está bien” o “está mal”, sino que debemos ser concretos, aclarando exactamente qué es lo que pretendemos de nuestros hijos. Si, por ejemplo, les decimos que deben ayudar en casa, pueden responder que “ya ayudaron ayer”, o que “ellos ya hicieron su cama”, aunque nosotros pretendemos que hagan más cosas. Por tanto, si lo que pretendemos de nuestros hijos es que hagan la cama, recojan su cuarto y ayuden a poner y a quitar la mesa todos los días debemos dejarlo claro, de tal forma que los niños no tengan que “interpretar” lo que les hemos transmitido.

### **b. Explicar el sentido de los límites**

La educación de los hijos es la educación de seres racionales, por lo que es recomendable que éstos, de una forma adecuada a su grado de madurez, vayan poco a poco entendiendo el porqué de los límites impuestos. Una mejor comprensión de las razones puede mejorar el grado de colaboración de nuestros hijos. Si bien esto es cierto, hay determinados momentos en los que no es posible razonar con los niños, porque el grado de madurez de éstos no permite que comprendan nuestro razonamiento.

### **c. Negociar y acordar**

En determinadas ocasiones, puede haber ocasiones en las que los padres pueden negociar con los hijos determinados límites. En estos casos, la colaboración de los hijos será mayor si los hijos sienten que han participado en la toma de decisiones. Sin embargo, no todo hay que negociarlo, por dos razones fundamentales: una, porque buscar el acuerdo en casi todo podría llevarnos demasiado tiempo y, sobre todo, porque hay cuestiones que no son negociables: no se puede “negociar” que un niño no vaya a la escuela un día porque se encuentre “cansado”, o que un adolescente salga con sus amigos hasta las siete de la mañana.

Además de que la negociación permite que los hijos colaboren más en los asuntos que han negociado, es un aprendizaje de una habilidad que le será muy útil en la vida.

### **d. Recompensar y castigar**

En ocasiones, habrá que utilizar la recompensa o el castigo como medio para corregir la conducta de nuestros hijos. En el siguiente apartado profundizaremos en las condiciones en las que las recompensas y los castigos son **efectivos**, y subrayamos la palabra *efectivos* porque esto es algo que no

debemos olvidar. El castigo y la recompensa son **medios** para conseguir que nuestros hijos e hijas desarrollen hábitos de vida, pero nunca son un **fin** por sí mismos.

Una cuestión de vital importancia con respecto a las recompensas y los castigos es que **no deben ser producto de nuestro estado de ánimo**, sino una consecuencia del comportamiento del niño o niña. **Las recompensas o los castigos deben tener siempre una razón lógica para usarse.**

## 5. Condiciones que deben cumplir las recompensas y los castigos para ser eficaces

A continuación, revisaremos algunas de las características que deben cumplir las recompensas y los castigos para ser realmente efectivos:

- a. **Los castigos deben ser inmediatos**, es decir, deben producirse en el momento en el que el niño o la niña hace la conducta “prohibida”, a la que llamaremos, a partir de ahora, ***conducta indeseada***.

Si el castigo no se produce justo después de la conducta que deseamos evitar, el niño puede terminar no relacionando el castigo con la conducta que hizo, y en vez de aprender que el castigo es una **consecuencia lógica** de su comportamiento, puede terminar pensando que sus padres lo castigan sin razón alguna. Pongamos un ejemplo para aclarar esto. Miremos el ejemplo siguiente y pensemos por un momento qué puede haber pasado por la mente de Saúl durante la situación. Saúl sabe que lo que ha hecho está mal, y desde que se da cuenta de que la profesora lo ha visto, sabe que va a ser castigado. Son las diez y media de la mañana, y sabe que cuando su madre venga a recogerlo después de las actividades extraescolares, seguramente se encontrará a su profesora y lo castigará:

**17:00 h.** La madre de Saúl llega al colegio para recogerlo después de haber terminado de trabajar. Ha tenido un mal día en el trabajo y se encuentra cansada.

Saúl sube al coche y la madre le pregunta qué tal le ha ido el día. Saúl contesta que bien, pero la madre detecta que algo ha pasado en el tono de voz y la mirada de su hijo. Le pide que le dé el cuaderno que le sirve para comunicarse con su profesora. Saúl, con la cabeza baja, se lo da a su madre, y ésta lee que Saúl ha intentado pegar a otro niño durante el recreo (**10:30 h.**) La madre se enfada muchísimo y va gritándole a Saúl durante el trayecto de vuelta a casa. Se bajan los dos del coche y la madre le dice a Saúl “*Cuando venga tu padre te vas a enterar*”. Saúl pasa el resto de la tarde metido en su cuarto haciendo los deberes y “portándose bien” para que el castigo sea menor, temiendo la reacción de su padre.

**20:30 h.** El padre llega tarde a casa, la madre le cuenta lo que ha pasado, el padre monta en cólera y le impone un castigo a Saúl.

Cuando llega la madre, además de avergonzado, el niño se siente humillado porque su madre le grita delante de sus compañeros de clase, y los ve riéndose de él. Una vez en casa, Saúl se porta muy bien, pensando equivocadamente que de esa manera el castigo será menor. Se pasa varias horas haciendo los deberes, recogiendo su cuarto y estudiando, haciendo un buen esfuerzo para que el castigo sea menor.

El padre llega a casa, y en vez de librarse del castigo, Saúl recibe una “*bronca*” aún mayor que la de la madre, y es castigado sin tele. En ese momento, han pasado unas diez horas desde que intentó pegar a su

compañero y, aunque recuerde que lo hizo, su mente no asocia el castigo con lo que hizo hace nada más y nada menos que hace diez horas, por lo que Saúl no logrará entender que el castigo es una **consecuencia** de lo que hizo.

Además, la reacción de los padres de Saúl tiene también otra consecuencia negativa, y es que Saúl termina pensando que su madre no tiene la autoridad suficiente para castigarlo sin que el padre esté presente, por lo que terminará pensando que hay unos límites para cuando está su padre y otros límites para cuando no está.

En cuanto a las recompensas, cuando el niño es pequeño también es recomendable darlas inmediatamente, porque así la mente del niño o niña asocia mejor lo que queremos que haga (lo llamaremos, en adelante conducta deseada) y la recompensa. Esto debe aplicarse en caso de conductas deseadas muy concretas, es decir, cuando tienen un inicio y un fin claro, y está muy caro lo que se espera del niño.

Sin embargo, a medida que el niño o niña crece y se le va pidiendo conductas deseadas más complejas por ejemplo, que estudie todos los días durante una hora), es importante que las recompensas no sean todas inmediatas, sino que se den cada cierto intervalo de tiempo. Lo ideal es ir poco a poco aumentando el intervalo de tiempo entre una recompensa y otra. Por ejemplo, en el caso del estudio, sería conveniente recompensar al niño o niña de alguna manera cada día, para luego hacerlo un día sí y otro no, cada dos días, etc. hasta que la recompensa se dé sólo los fines de semana después de que el niño haya cumplido sus obligaciones durante toda la semana. Más adelante trataremos la cuestión de con qué tipo de cosas podemos recompensar.

La capacidad de un niño o niña de comportarse adecuadamente sin tener una recompensa en el mismo momento se llama **demora de la recompensa**, y es muy importante que la desarrolle, porque así se acostumbrará de pequeño a que determinadas cosas en la vida cuestan trabajo y la recompensa no se obtiene hasta pasado un tiempo.

**b. Las recompensas y los castigos debe decidirlos el familiar adulto que esté presente en el momento**

No debe esperarse que el padre o la madre regresen a casa para que se dé el castigo o la recompensa, porque así el niño, tal y como veíamos en el apartado anterior, puede no asociarlo con la conducta que hizo. Otro aspecto muy importante es que si un adulto pone un castigo o da una recompensa, es el mismo adulto quien debe quitarlo. Es más, dos adultos no deberían “negociar” un castigo o una recompensa delante del niño o niña. Por el contrario, si uno de los adultos no está de acuerdo con el castigo o la recompensa, debe hablarlo con el adulto que lo puso en privado, para que el niño no sepa cuál de los dos sería más fácil de “ablandar”.

**c. Los castigos y recompensas deben ser razonables**

Las recompensas y castigos deben ser proporcionados, es decir, no debe ponerse un castigo muy importante si la falta no lo ha sido, al igual que no debemos recompensar con algo extraordinario una conducta que no lo merezca. Castigos y recompensas deben guardar un equilibrio con la conducta que se quiere premiar o castigar. No parece muy razonable castigar a un niño o niña toda la tarde por decir una palabrota, por ejemplo.

Debemos tener en cuenta que los castigos o recompensas que duran mucho tiempo pierden efectividad, porque los niños “olvidan” la razón por la que se les ha recompensado o castigado.

Otra cuestión a tener en cuenta es que, una vez que empieza el castigo, no se puede interrumpir hasta que se levante. De la misma manera, si prometemos a nuestro hijo o hija recompensarlos con algo, no debemos incumplir nuestra palabra. Si lo hacemos, corremos el riesgo de que nuestros hijos aprendan que la mentira es algo que se puede hacer en algunas ocasiones.

Con respecto a lo que hablábamos en el párrafo anterior, debe pensarse bien el grado del castigo o la recompensa. Debe evitarse poner unos castigos muy elevados, para evitar quitarlos porque nos “de pena”, ni debemos buscar recompensas demasiado elevadas que nos cueste cumplir, porque perderían toda su eficacia.

**d. Las recompensas y castigos son una consecuencia de la conducta del niño o niña**

Las recompensas y castigos deben ser usadas teniendo en cuenta que son un medio para que el niño o niña aprenda, es decir, son una herramienta para que el niño tenga menos conductas indeseadas y más conductas deseadas. Es fundamental que las recompensas y los castigos no dependan del estado de ánimo de los padres, sino que ante una misma conducta siempre se elija un castigo o una recompensa similares. Para ello, es recomendable que los padres piensen las recompensas y castigos ante cada conducta, y compartan esta información con los demás miembros de la familia para que todos puedan seguir los mismos criterios.

Se puede poner un cartel en un lugar visible de la casa, donde se ponga de forma muy simple qué conductas son deseadas y cuáles no deseadas, y la recompensa o el castigo que corresponda en cada caso.

**e. Las recompensas y castigos no deben ser utilizados con demasiada frecuencia**

Otra cuestión a tener en cuenta es que las recompensas y los castigos se vuelven ineficaces si se utilizan mucho. En el caso de los castigos, el niño o niña puede “acostumbrarse” a ellos, por lo que dejarían de tener su función y, por otra parte, si las recompensas se repiten muchas veces, el niño o niña deja de valorarlas, por lo que también dejarían de funcionar.



Una estrategia para esto es ir cambiando las recompensas y los castigos, no usar siempre los mismos, sino tener varios que podamos ir intercalando, pero siempre manteniendo el que sean de un grado similar.

**f. Las recompensas y castigos deben ser esperados**

El niño debe saber qué conductas están premiadas, las que están permitidas y las que están castigadas, al igual que los adultos sabemos qué nos espera si nos saltamos el reglamento de circulación. Si el niño o niña no sabe, por ejemplo, que una conducta está castigada y lo castigamos por ello, no lo entenderá y se sentirá frustrado porque él no sabía que “eso está mal”.

**g. Es positivo que los niños participen en la lista de recompensas y castigos**

Si el niño o niña tiene la capacidad para razonar, es buena idea que participe en la lista de conductas y sus recompensas o castigos. De esa manera, el niño o niña no podrá decir que no conocía las consecuencias de su conducta. De hecho, podríamos hacer que el cartel al que nos referíamos antes lo escribiera el propio niño con su letra.

**h. Elija bien las recompensas y castigos**

Piense bien antes de elegir qué recompensas y castigos usar, pensando siempre en las consecuencias a medio plazo. Piense, por ejemplo, que recompensar a su hijo o hija con su comida favorita puede ser aceptable un día, pero si eso se repite con frecuencia puede terminar siendo un mal hábito en su alimentación, especialmente si ya el niño o niña tiene problemas de sobrepeso o diabetes.

Muchas veces tenemos la oportunidad de ofrecer recompensas que, además, tienen una parte educativa. Por ejemplo, a muchos niños les gustan los museos de la ciencia, así que una semana que haya cumplido con todas sus obligaciones podríamos llevarlos ahí. De esa manera, no sólo el niño o niña recibirá su recompensa y aprenderá en el museo, sino que tanto el niño como ustedes mismos pasarán un buen rato en familia.

Otra cuestión es que, a veces, nos olvidamos de que un halago puede ser la mejor recompensa. No es cuestión de estar continuamente alabando al niño, sino de demostrarle que lo que ha hecho tiene valor para nosotros.

Existe una creencia muy extendida de que es malo regañar al niño y que debemos estar continuamente diciéndole lo bien que lo ha hecho; sin embargo, no debemos consentir a nuestro hijo, porque eso significa que no desarrollará las capacidades necesarias para enfrentarse a las situaciones que la vida le presente. Pensemos que un niño o niña que tiene “todo lo que quiere” terminará pensando que eso es lo normal en el mundo y, por tanto, cuando se enfrente a los problemas no va a saber reaccionar adecuadamente.

Está claro que todos queremos lo mejor para nuestros hijos e hijas, pero en este caso “lo mejor” es asegurar que aprendan todo aquello que podamos enseñarle y que vaya a necesitar en el futuro.

El respeto a las normas no debe ser vivido como algo negativo; es más, resulta fundamental que el niño o niña viva la vida en general como algo positivo, ilusionante. No debemos olvidar que autoridad no significa, en ningún caso, autoritarismo, y que firmeza y cariño no son términos opuestos.

## **6. Actitud ante los aciertos y los errores**

A veces, algunos padres utilizan frases como “me tienes harto/a”, o “nunca vas a aprender” cuando su hijo o hija cometen un error. Esto, aunque a veces se da, no es lo más recomendable para la educación de los niños,

puesto que en ese tipo de frases se expresa que el niño o niña no será capaz de mejorar, por lo que el niño puede terminar pensando que esto es realmente así y pensará que “no vale”.

Cuando corregimos un error, lo debemos hacer sin alterarnos, sino respirar profundamente y luego decir **qué** error han cometido y **cómo** debe corregirse. Lógicamente, esto es a veces complicado, pero es el objetivo que debemos marcarnos.

En ocasiones olvidamos que una buena parte de los errores que cometen los hijos no son debidos a la falta de interés del niño o niña, sino por desconocimiento. Por eso es tan importante explicar y enseñar pacientemente **qué ha de hacer** y **cómo ha de hacerlo**. A veces, no es suficiente con explicárselo, sino que debemos hacer las cosas nosotros mismos para que el **niño o niña aprenda al vernos actuar como modelo**. Una vez le hayamos enseñado cómo hacemos nosotros mismos algo (por ejemplo, un puzle), debemos animar al niño a que lo haga él.

Seguramente se equivocará en su primer intento de hacer algo, porque nadie nace enseñado. En vez de regañarle por no hacerlo bien a la primera, explíquele cómo debe hacerse, o hágalo usted mismo para que luego el niño lo intente por sí mismo. Es posible que la primera vez que nos copie tampoco le salga bien, pero no es momento de regañarle, porque si no el niño o niña, en vez de concentrarse en aprender, estará centrado en el miedo a volverse a equivocar.

Debemos recordar y debemos transmitirle al niño o niña que **un error no es un fracaso**, sino es la prueba de que lo que se está haciendo podemos y debemos mejorarlo. **Los errores son una oportunidad para aprender**. Es necesario intentar que los niños no asocien sus errores a que “no sirven”, porque eso les llevaría a una mala imagen de sí mismos y a tener menos motivación para aprender.

Es normal que el niño o niña tenga un poco de miedo a cometer errores, pero debemos animarles a que intenten hacer las cosas siempre que no supongan un riesgo importante. En ocasiones, los padres asumimos que

nuestros hijos no pueden hacer ciertas cosas que realmente sí pueden, por lo que, de cierto modo, frenamos su desarrollo. No queremos decir que nuestro hijo se “lance” a todo, sino que trate de resolver situaciones que, aunque sean difíciles de resolver, puede lograrlas. **Los niños han de probar sus propios límites dentro de lo razonable.**

Con respecto a los aciertos, muchas veces nos olvidamos de celebrarlos y hacerle ver a nuestro hijo o hija que valoramos lo que han hecho. Esta falta de entusiasmo puede hacer que el niño se desanime y que deje de seguir intentando alcanzar logros.

Si no demostramos a nuestros hijos que sus logros tienen importancia para nosotros, pueden terminar pensando que no los valoramos. La imagen que tiene un niño o niña de sí mismo/a (la **autoestima**) depende mucho del grado en que un niño cree que sus padres lo valoran. **Es fundamental que los niños tengan una buena autoestima**, no sólo para el día de hoy, sino también para el futuro.

Si usted se pregunta cómo saber si está reconociendo los éxitos de sus hijos, simplemente piense con qué tono de voz corrige los errores de su hijo o hija y con qué tono premiamos sus aciertos. Probablemente el tono que usaremos no es el mismo, sino que seremos más tajantes a la hora de criticar los aciertos que de premiar los fallos, y esto no debe ser así. Valoremos los logros de nuestros hijos, y hagámoslo de corazón, sin que suene artificial. Eso les ayudará a desarrollar una visión optimista y realista de la vida, y les permitirá enfrentarse a las dificultades teniendo la esperanza de que, si se esfuerzan en buscar soluciones, es posible resolverlas.