

Instrucciones Generales Para Los Padres

(General Guidelines for Parents)

***Ponga un buen ejemplo para sus hijos.** Los niños a menudo aprenden a comportarse observando como se comportan los padres. Por ejemplo, si los padres manejan bien la frustración, los niños probablemente aprenderán a manejar bien sus propias frustraciones. Si los padres usan lenguaje inapropiado y se disgustan cuando las cosas no van bien, sus hijos aprenderán a actuar de la misma manera. Los padres deben evitar el recurrir al viejo dicho "Hás lo que digo, y no lo que hago."

***No tome el comportamiento de sus hijos por sentado.** Los padres deben elogiar a sus hijos cuando se comportan apropiadamente, en lugar de esperar a elogiarlos hasta cuando hacen algo

especial. Deben también hacer saber a sus hijos que ellos notan el bien como el mal comportamiento. ¡Sorpréndalos haciendo bien!

***Provea a sus hijos con mucho cariño, verbal y físico.** El contacto físico frecuente entre padres e hijos (como abrazos o palmadas de cariño) son muy importantes. Este cariño debe demostrarse regularmente cada que los niños se portan bien. Los padres deben evitar demostrar este afecto inmediatamente después de que sus niños se han portado mal.

***La Disciplina debe ser inmediata y deber ser administrada de manera casual.** Los padres pueden evitar el molestarse mientras disciplinan a sus hijos. Técnicas como el tiempo de descanso y hacerlos que se queden en casa son muy efectivos si se utilizan correctamente. Después de haber sido disciplinados, los niños deben volver a empezar. Los padres no deben de recordarles o fastidiarlos por su mal comportamiento.

***Sea consistente y previsible con sus hijos.** Los niños funcionan mejor si saben a lo que se atienen. Los padres deben aclarar con exactitud lo que es o no conducta aceptable. La conducta apropiada e inapropiada de los niños debe manejarse de manera similar por ambos padres (ej: ambos padres deben usar los

mismos métodos para castigar la mala conducta). La consistencia es no solo importante entre ambos padres. Es también importante día a día para cada padre. La manera en que los padres manejan el comportamiento de sus hijos de un día para otro no debe variar conforme al estado de ánimo de los padres. De hecho, debe basarse en el comportamiento de los niños.

***La manera en que se dan instrucciones a los niños afecta la manera en que los niños las seguirán.** Los padres deben mirar a los niños en los ojos antes de dar instrucciones. Gritando instrucciones desde otro cuarto rara vez da buen resultado. Las instrucciones deben darse de manera clara y específica. Los padres deben evitar dar instrucciones imprecisas como "Pórtate bien". La impresión que un padre tiene de "portarse bien", puede ser muy diferente a la del niño. Los padres deben elogiar a sus hijos cuando siguen instrucciones. Deben también estar preparados para hacerlas cumplir. Si los padres no hacen cumplir las instrucciones, los niños aprenden que los padres no quieren decir lo que dicen. Los padres deben evitar dar más de una advertencia en seguida de una dirección.

***Ponga reglas claras y específicas.** Los padres deben evitar poner reglas que no pueden enforzar. El cumplimiento de las reglas debe ser de manera casual. El castigo por romper las reglas debe establecerse por adelantado. Cuando se

rompe una regla, los niños deben ser castigados de manera apropiada (ej: tiempo de descanso).

***Permita a sus hijos que ayuden con tantas tareas cotidianas como sea posible.** La mayoría de los niños disfrutan pasar tiempo con los padres, y esto puede ser una buena enseñanza. Con niños más chicos, "ayudar" puede incluir pretendiendo trabajar en la misma área.

***Observe a sus hijos de cerca.** Los padres deben elogiar a los niños más chicos cuando se portan bien. Los padres deben evitar caer en la trampa de no querer disturbar a los niños cuando se están portando bien. Deben asegurarse de saber donde están sus hijos y qué están haciendo.

***Evite sermonear, fastidiar, insultar y gritar para manejar la conducta de sus hijos.** Este planteamiento es rara vez efectivo y a menudo empeora los problemas.



Centro Para el Padre Efectivo
Little Rock Center (501) 364-7580
NW Arkansas Center (479) 751-6166
www.parenting-ed.org