

MANERAS DE RESOLVER CONFLICTOS CON LOS HIJOS

Hola a todos:

Cuando vamos a dedicar un tiempo a hablar sobre la educación de los hijos y la resolución de conflictos me gusta empezar lanzando un mensaje tranquilizador: **los padres perfectos no existen**, es alentador considerar la idea de "la imperfección en la educación" y que esto nos anime a actuar sin miedo a la equivocación.

No dejes que el miedo a equivocarte te reste energía. Porque donde tendremos que poner empeño será en conseguir que nuestros hijos sean capaces de adaptarse al mundo que les ha tocado dotándoles de las herramientas necesarias.

¿CUÁLES SON ESAS HERRAMIENTAS?

Desde el momento en que el niño nace, quizá incluso antes, estamos educando y tenemos que tener claro que cualquier persona, entorno o experiencia que tenga el niño deja huella en él. Poner límites, controlar rabietas, reforzar comportamientos, demorar el deseo... **AHÍ ESTÁ LA CLAVE**. Estas son algunas de las situaciones que pueden suponer conflicto en la dinámica familiar pero... estas también son necesarias para que aprendan a funcionar eficazmente cuando sean adultos. Luego, cómo resolvamos estos "conflictos" les enseñará a resolver a ellos los suyos el día de mañana.

LIMITES / NORMAS ; HÁBITOS/RUTINAS

Cuando hablamos de que el niño se sienta seguro, condición ligada al desarrollo de la autoestima, tenemos que operativizar (definir en que consiste) hay dos factores decisivos para que sea así: LAS RUTINAS Y EL MANTENIMIENTO DE LIMITES.

Un ejemplo que recogí hace tiempo para recordaros la necesidad de normas y las consecuencias a no tenerlas: "Si mis padres no me ponen hora de llegada a casa por las noches, yo supongo que es porque no les importo". Con estas palabras, que sorprenden a muchos padres, se expresaba un chico de unos catorce

años; en ellas podemos entrever que los hijos desde que nacen, necesitan pautas y normas para sentirse seguros.

Cuando en una casa no hay normas es muy posible que los hijos no aprendan a enfrentarse con la realidad, con las inevitables frustraciones de la vida "a fuerza de" no negarles nada, no llegan a desarrollar "la fuerza para" conseguir las cosas por sí mismos. Esa fuerza necesaria para conseguir el éxito.

¿EL POR QUÉ LOS LIMITES?

- ① **UN NIÑO CON LIMITES SE SIENTE SEGURO Y PROTEGIDO:** porque si el niño es más fuerte, no se podrá sentir protegido por los padres.
- ① En cada casa debe haber límites los hijos tiene que conocerlos y saber las consecuencias de su incumplimiento o cumplimiento.
- ① Permiten predecir la reacción de los padres ante determinadas situaciones y comportamientos.
- ① Son una referencia: ayudan al niño a tener claros determinados criterios sobre las cosas.
- ① Enseñan al niño a saber RENUNCIAR A SUS DESEOS entrenándole en tolerar la frustración de cara a situaciones similares que la vida le deparará.

LO REALMENTE PERJUDICIAL PARA EL DESARROLLO DEL NIÑO

- ① Establecer unos límites demasiado estrictos
- ① Un número excesivo de normas
- ① No poner ningún tipo de límites a su comportamiento.

CONDICIONES PARA ESTABLECER CON ÉXITO UN LIMITE

- ① Que exista un buen clima familiar de afecto y cariño
- ① Estar convencidos de que lo que se exigen se tiene que cumplir
- ① Que sean claros y necesarios para que el niño sepa lo que hay que hacer.
- ① Ser firme cuando el niño intente saltarse los límites
- ① Ser flexible e ir adaptándolos al momento, la situación y la edad del niño.
- ① Que el niño conozca lo que pasará si cumple o incumple la norma

Dejémonos de miedos y complejos en un ambiente familiar de afecto y comunicación ejerzamos de padres/educadores y exijamos a los niños que cumplan también su parte.

Los comportamientos se vuelven a producir o no en función de las consecuencias que tienen entre las consecuencias está **EL CASTIGO**, tenemos tendencia a castigar de la misma manera sin analizar las consecuencias de este.

Un castigo es la aparición de algo que al niño no le gusta pero debemos plantearnos que **ES MUCHO MÁS EFICAZ PARA EDUCAR NO ATENDER, SIEMPRE QUE SEA POSIBLE, LOS COMPORTAMIENTOS NEGATIVOS Y PREMIAR (CON BESOS, CON QUÉ BIEN LO HACES, CÓMO ME GUSTA...) LOS POSITIVOS.**

Un recordatorio para aquellos que dudan de la firmeza en el establecimiento de límites: La seguridad está estrechamente relacionada con los límites. Un niño sin normas es un niño inseguro. Para que un niño entienda cómo tiene que actuar necesita aprender lo que puede o no hacer; puesto que no nacen con un instinto disciplinario innato. La manera más eficaz es siendo constantes en la aplicación de consecuencias (tanto positivas como negativas) a cada conducta y la dificultad está ahí, en la constancia.

LAS RUTINAS

Organizar la vida de un niño en función de sus necesidades fisiológicas para generar un esquema de orden interno que le permita adaptarse al medio. Esto es así, porque el niño no sabe la hora, ni diferencia los días, hasta que nosotros con un horario y un rígido cumplimiento de este le estructuramos su vida y le damos orden.

CÓMO SE INSTAURA UNA RUTINA.

Teniendo en cuenta lo siguiente:

- 🕒 Que exista un **MOMENTO** para cada actividad (comer, dormir, jugar)
- 📍 Que se encuadre cada actividad en un **LUGAR**
- 🕒 Que cada vez que realicemos una actividad lo hagamos **DE LA MISMA MANERA**
- 🕒 Que exista **UN PRINCIPIO Y UNA FINAL** para cada actividad

Mantenerse consistente y firme con las rutinas y los límites son claves para que el niño se desarrolle y sea feliz y el manejo que hacemos de estas situaciones es lo que nos diferencia a unos de otros. Un niño que entorno a los 4 años no ha tenido rutinas tendrá muchas más conductas disruptivas y problemas de inseguridad.

El niño se irá haciendo cada vez más autónomo mientras desarrolla hábitos de independencia, para lo que deberás tener paciencia y darle tiempo cuando ejercite nuevas conductas. Me despido con una idea educación es todo lo que tiene un efecto sobre el niño. Tenedla en cuenta a la hora de llevar a cabo la costosa tarea del día a día en la educación de vuestros hijos. Pero **NO OS OLVIDÉIS NUNCA DE DECIRLES Y DEMOSTRARLES CUANTO LOS QUERÉIS.**

Un saludo:

Rocio Ramos-Paúl Salto

www.rocioramos-paul.com