

Cómo relacionarnos con nuestros hijos

“Los padres creemos que para comunicarnos adecuadamente con nuestros hijos nos basta el profundo amor que les tenemos, nuestra experiencia de la vida y la necesidad que ellos tienen de ser guiados y corregidos.”

¿Crees que junto con el sentido común, estos son los ingredientes suficientes para mantener una relación sólida con nuestros hijos?

GRUPO 1: EN BASE A VUESTRAS EXPERIENCIAS: CUALES DIRÍAIS QUE SON LOS PILARES FUNDAMENTALES SOBRE LOS QUE SE ASIENTA LA RELACIÓN CON VUESTROS HIJOS EN ESTOS MOMENTOS.

GRUPO 2: EN BASE A VUESTRAS EXPERIENCIAS: CUALES DIRÍAIS QUE SON LOS ERRORES QUE MÁS FRECUENTEMENTE REPERCUTEN NEGATIVAMENTE PERJUDICANDO LA RELACIÓN CON VUESTROS HIJOS.

Esquema básico de los puntos que inciden en la relación con nuestros hijos:

MARCO: ESPACIO - TIEMPO

VINCULO: AFECTO – HÁBITOS – AUTORIDAD - MODELO

COMUNICACIÓN: ESCUCHA – EXPRESION - ACEPTACION

Nosotros como adultos, confiamos nuestros sentimientos y problemas solo a aquella o aquellas personas que sabemos que realmente nos prestan toda su atención y nos escucharán más allá de las palabras. Cuanto más pequeño es el niño más necesita que prestemos oídos y atención a sus conflictos

cotidianos por mucho que a nosotros, en ocasiones nos parezcan insignificantes.

Las palabras que elegimos para comunicarnos con nuestros hijos han de evidenciar una actitud de escucha activa y atención hacia el niño.

Escuchar es un arte que implica la misma porción de razón que de corazón.

¿Qué elementos en nuestra vida cotidiana interfieren en nuestra disposición a escuchar a nuestros hijos?

“Para comunicarnos de manera efectiva con nuestros hijos es necesario que aceptemos lo que son y lo que sienten”

¿Qué os sugiere esta idea?

Lo que hace feliz a su hijo:

- Sentirse bienvenido, aceptado y tomado en serio.
- Sentirse estimulado por el contacto de otras personas.
- Unos límites claros para su evolución personal.
- Disponer de tiempo y espacio para su desarrollo.
- Una vida familiar con estructuras claras y orden en lugar de caos.
- Atención, empatía, comprensión.
- Seguridad, protección y consecuencia (entre lo que se dice y lo que se hace).

Lo que es bueno para su hijo:

- Condiciones vitales estables, reglas y hábitos para tener un marco fiable.
- La sensación de poder acudir a sus padres en todo momento con cualquier problema.
- Sinceridad y confianza. Los niños son muy sensibles y pronto se dan cuenta de si fingimos.
- Que los padres tengan un proyecto común firme en la educación de sus hijos y que marquen las directrices a seguir.

Los obstáculos para llegar a ser consecuente:

Promesas vacías:

Con ellas no conseguirá nada con su hijo. Pronto se dará cuenta de si las consecuencias anunciadas entran en el ámbito de lo posible. Antes de amenazar con consecuencias, debería tener usted claro si está en posición (también emocionalmente) de aplicarlas.

Severidad amenazadora:

A veces se excede uno con medidas demasiado fuertes como “Si.... Nunca más podrás...”. Cuando tales amenazas no son realistas y no se pueden poner en práctica, los pequeños no se las toman en serio.

Falsa compasión:

En cuanto el niño empieza a derramar lágrimas porque tiene que asumir, efectivamente, las consecuencias de sus actos, nos asalta la mala conciencia y nos retractamos. Sin embargo un niño soporta mucho mejor las consecuencias que un cambio constante de las reglas.

Expectativas altas:

Los niños no deben sentirse desbordados por lo que los padres exigimos o esperamos de ellos. Cuando los pequeños no pueden respetar una regla determinada o alcanzar un objetivo, por su edad y desarrollo, tampoco lo conseguirán si los padres les amenazamos.

Demasiadas reglas:

Si las reglas son muchas, los niños no encuentran ningún apoyo. Reglamentar todas las pequeñeces exige demasiado de los niños. Como no podrán mantener una visión general de todas las reglas, la estructura se llenará de agujeros y se romperá. De este modo, un niño también se puede zafar con más facilidad de las reglas verdaderamente importantes.

Reglas demasiado estrictas:

Un afán de dominio excesivo también perjudica. Los niños que están bajo un reglamento muy estricto se acaban rebelando. Por este motivo concédale a su hijo espacios para su desarrollo y posibilidades de decisión. Apueste por la cooperación en lugar de por el enfrentamiento. Será beneficioso para todos los implicados.

Miedo a las reglas:

Decir que sí es más fácil que aguantar una discusión. Supuestamente así se consigue tranquilidad y se impide que se altere la paz del hogar. Pero esto es así a corto plazo, ya que lo que hoy quizá se permite, mañana se debe prohibir por motivos que sólo los padres entienden. Es preferible que se enfrente a los conflictos a que los intente eliminar, y tenga valor para defender su posición. Así ganará más que perderá, sobretodo para su hijo.

