



La crianza positiva es algo bueno para usted y su hijo

COMO PADRE, DEBE TOMAR MUCHAS DECISIONES. UNA DE

las decisiones más importantes es criar a los hijos en forma positiva. La disciplina positiva es enseñar con bondad y firmeza. Significa demostrarle amor su hijo al establecer límites que fomentan la responsabilidad y la autoestima en el niño. Los niños que reciben una crianza positiva crecen como personas que sienten respeto por sí mismas y por los demás.

Para empezar, aprenda las características de cada etapa del desarrollo. Cuando sabe qué esperar, puede guiar la conducta de su hijo de forma positiva.

Del nacimiento a los 12 meses

Respete a su bebé comprendiendo que la mayoría de las cosas que hace son producto de sus necesidades. Los bebés pequeños no se portan mal porque no tienen la memoria o la comprensión para hacerlo. Atienda las necesidades de su bebé de inmediato y su bebé aprenderá a confiar en usted. Llorará menos y se sentirá más satisfecho.

Dedique tiempo a conocer a su bebé. Pase tiempo con él y obsérvelo. Valore su temperamento y personalidad que son únicos. Su hijo le ayudará a aprender sobre él desde muy temprano en la vida.

Ofrezca formas seguras para que su bebé explore el mundo. Haga un alto y piense desde la perspectiva de su bebé si piensa que se está portando mal. ¿Está realmente desafiando un límite o solo intenta satisfacer su curiosidad? Si la situación es segura, déjelo explorar todo lo que pueda.

DE 12 A 36 meses

Espere cierta resistencia al enseñarle a su niño pequeño nuevas conductas. La autonomía es una necesidad muy fuerte que siente su hijo en este momento. Puede decir "¡No!" a muchas cosas que usted sugiera. Mantenga la calma y sea firme. El "no" no siempre significa que no hará algo. Puede significar que solo quiere que lo escuchen.

Piense en lo que le resultaría más fácil a su niño pequeño para cumplir con sus expectativas. Dele algo para hacer que lo ayude a concentrarse en la conducta que usted desea. Por ejemplo, si se resiste a ir al automóvil, permita que cargue con la bolsa de pañales y la coloque en el asiento a su lado.

Haga cumplir sus planes o expectativas con dignidad y respeto por su hijo. Puede ser más rápido forzar a su hijo a hacer algo, pero eso no le enseña a controlar su conducta si

usted no puede controlar la propia. En vez, tome la mano de su hijo con suavidad y aléjelo de la conducta no deseada. No hable mucho, solamente actúe de forma respetuosa pero firme.

Preescolares

Diga lo que ve cuando habla con su hijo. La reflexión sincera construye la autoestima, el aliento y los elogios excesivos pueden resultar desalentadores si su hijo percibe que usted no está siendo honesto.

Los niños imitan por naturaleza. Aprenden observando a sus padres. Haga participar a su hijo en las tareas diarias y explíquele lo que está haciendo de formas que pueda entender. Dedique tiempo a enseñarle habilidades y asegúrese de valorar sus esfuerzos y no solo el resultado.

Su hijo está aprendiendo la forma de demostrar sus emociones de forma aceptable, por eso piense con cuidado antes de castigar a su hijo por una mala conducta. Enséñele formas positivas para demostrar sus emociones. Dedique toda la atención a su hijo cuando comparte con usted sus sentimientos, ya sea a través del lenguaje o de la conducta.

Tiempo fuera para los padres

Cuidar de un bebé o niño pequeño es muy estresante, y usted puede sentirse abrumado. Descanse todo lo que pueda y coma alimentos sanos. Hablar con un amigo o llevar a su hijo a dar un paseo son formas de aliviar el estrés. Obtenga ayuda si siente que está perdiendo el control. Y sobre todo, recuerde divertirse con su hijo y disfrutar de su desarrollo. ❖

Esta información está basada en el libro Positive Discipline: The First Three Years (Disciplina positiva: los tres primeros años) por Jane Nelsen, Cheryl Edwin y Roslyn Duffy.