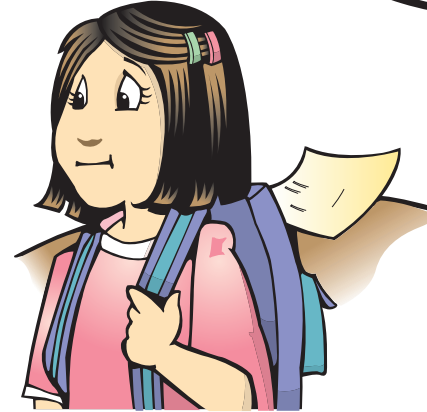


Para que su hijo sea responsable, ¡asígnele responsabilidades!

Los padres sueñan con el día en que sus hijos finalmente sean lo suficientemente responsables para hacer algunas cosas por sí mismos, como levantarse y prepararse para ir a la escuela o hacer tareas domésticas en casa. Usted puede enseñarle a su hijo a ser responsable siguiendo tres pasos básicos: *(Advertencia: Esto puede resultarles difícil a los padres.)*

1. **Asígnele a su hijo alguna responsabilidad que sea segura y adecuada a su edad.**
2. **Permita que su hijo decida cómo hacer el trabajo por sí mismo.**
3. **Exija que su hijo acepte las consecuencias de sus acciones, ya sean buenas o malas.**

¿Cuál es la parte difícil? Evitar salir al rescate de su hijo si él no cumple con su trabajo—o si lo hace mal.



Si olvida llevar los materiales que necesitaba a la escuela, deje que se las arregle sin ellos.

Los errores simples nos han enseñado lecciones importantes a todos—y debemos permitir que nuestros hijos también aprendan de ellos.

Lo que sucede en casa influye en el éxito escolar



La familia son los cimientos en la vida de un niño. Todos los niños necesitan de un ambiente saludable en el hogar para que les vaya bien en la escuela y en la vida. Una de las características de un hogar saludable es la estructura—una vida organizada y consistente. Otra característica es la estabilidad, lo que proporciona la fortaleza necesaria para superar los momentos difíciles.

Cuando los niños tienen vidas estructuradas y estables en el hogar, también tienen:

- **Seguridad.** Saben qué es lo que se espera de ellos y cómo deben comportarse. Saben que la familia sobrevivirá aun cuando las cosas no salgan bien.
- **Confianza.** Sus familias son fuertes y confiables, por eso pueden apoyarse en ellas (en lugar de recurrir a pandillas, drogas o alcohol).
- **Responsabilidad.** Aprenden por experiencia propia que las cosas funcionan mejor cuando todos colaboran.
- **Orgullo.** Las acciones y los hábitos de sus familias reflejan sus prioridades. Ellos se sienten orgullosos al ayudar a lograr metas importantes de la familia.



Reglas Firmes, Justas y Constantes

Copyright © 2012 The Parent Institute, una división de NIS, Inc. www.parent-institute.com
Puede ser reproducido por los suscriptores de *Firm, Fair & Consistent*®.

THE PARENT INSTITUTE®

A veces, simplemente hay que ignorar el mal comportamiento



¿A caso su hijo no para de quejarse, llorar o tener rabietas—sin importar lo que usted haga o diga?

Los niños hacen eso para lograr lo que quieren. Saben que, por lo general, sus padres se darán por vencidos. Una de las soluciones más efectivas es ignorar este tipo de comportamiento. Trate de:

- **Dejar de prestar atención.** No le hable a su hijo. No frunza el ceño. No muestre que usted desaprueba aquel comportamiento. Ignore la rabieta.
- **Sea constante.** Nunca responda a las rabietas de su hijo—incluso si están en público. Si usted reacciona, su hijo repetirá este tipo de comportamiento.
- **Esté preparado para que el comportamiento empeore.** Cuando su hijo no obtenga la reacción que suele obtener, podría intensificar su conducta.



¡Pero no afloje! Cuando se dé cuenta de que su comportamiento no está funcionando, comenzará a dejar de hacerlo. Suele tomar entre uno y cinco días de ignorar constantemente y por completo las rabietas para que desaparezca este tipo de comportamiento.

Las expectativas: un secreto para controlar la conducta



¿Nota que su hijo se comporta de manera casi perfecta con algunas personas, o en algunas situaciones, pero no siempre lo hace con usted? Pues bien, usted no es el único—y hay cosas que puede hacer para mejorar esta situación.

Pruebe estos simples consejos:

- **Recuerde que los niños son expertos** en darse cuenta qué es lo que se espera de ellos en diferentes situaciones y con diferentes personas. Explíquele claramente sus expectativas, especialmente en las situaciones nuevas. Luego haga que su hijo le explique las expectativas a usted.
- **Evite repetir.** Luego de explicar claramente sus expectativas, evite regañar a su hijo cuando no las cumpla. En lugar de eso, trate de no hablar. Simplemente dele una “mirada” larga y significativa



a su hijo. Él comprenderá exactamente lo que está “diciendo.” Usted notará que su conducta cambiará rápido.

A pesar de que sea difícil de creer, su hijo desea complacerlo—cuando sabe lo que usted espera de él.

Reglas Firmes, Justas y Constantes

Copyright © 2012 The Parent Institute, una división de NIS, Inc. www.parent-institute.com
Puede ser reproducido por los suscriptores de *Firm, Fair & Consistent*®.

THE PARENT INSTITUTE®

Poner consecuencias puede ser la mejor herramienta para disciplinar



Primero, dígame claramente a su hijo cuáles son sus reglas y cómo espera que él se comporte. Asegúrese de que su hijo comprenda que habrá consecuencias por sus acciones si no obedece las reglas o si se comporta de manera inadecuada.

En realidad, todas las acciones de su hijo tienen una consecuencia. Si él hace lo que usted espera, usted se pondrá contento y podría elogiarlo. Pero si no hace lo que usted espera, también habrá consecuencias.

Revisen las reglas de su casa y pónganse de acuerdo en las consecuencias adecuadas. Así, no habrá sorpresas. Por ejemplo, si su hijo no coloca la ropa que usó en la cesta de la ropa sucia, esa semana no se lavará su ropa. Si no termina su comida en la cena, podría no tener postre.



Cuando usted usa consecuencias firmes, justas y constantes con su hijo—y las hace cumplir siempre— verá que la disciplina hace el trabajo por sí misma!

Reglas Firmes, Justas y Constantes

Copyright © 2012 The Parent Institute, una división de NIS, Inc. www.parent-institute.com
Puede ser reproducido por los suscriptores de *Firm, Fair & Consistent*®.

THE
PARENT
INSTITUTE®

Para obtener el respeto de su hijo, respételo usted a él también



Sea un modelo a seguir en cuanto al respeto para enseñarle a su hijo a respetar las reglas, a la autoridad y a los demás. Hágalo así:

- **Realmente escuche** a su hijo cuando él le cuenta algo. No lo interrumpa.
- **Sea justo.** Escuche la versión de su hijo sobre lo que sucedió antes de llegar a una conclusión.
- **Sea cortés con su hijo.** Diga, “Por favor,” “Gracias” y “De nada.” Y nunca diga, “Cállate.”
- **Respete la privacidad de su hijo.** Permita que esté solo durante un período de tiempo.
- **Deje que su hijo tome decisiones** (dentro de los límites que usted establezca)—qué hacer, qué comer o qué ropa usar, y cuándo hacer la tarea.



- **Respete todas las decisiones** de su hijo excepto en los temas de suma importancia. Evite decir, “Te lo advertí.”
- **Hable con su hijo** de manera abierta y honesta.

Reglas Firmes, Justas y Constantes

Copyright © 2012 The Parent Institute, una división de NIS, Inc. www.parent-institute.com
Puede ser reproducido por los suscriptores de Firm, Fair & Consistent®.

THE PARENT
INSTITUTE®