

Acercas de la crianza de niños

“Basándose en sus experiencias personales con sus propios hijos, ¿qué es el mejor consejo que usted podría dar acerca de criar niños?”

Esta pregunta se hizo a 50 adultos que habían criado a sus propios niños “exitosamente”. Sus niños, todos mayores de edad, se consideraban exitosos por cuanto todos eran adultos productivos que aparentemente se ajustaban bien a nuestra sociedad. Padres hábiles son los que tienen mayores posibilidades de saber lo que de veras da buenos resultados en el ambiente familiar. Los resultados de la encuesta revelan que parece haber un “instinto de padre” común en cuanto a la crianza lograda. Aunque los participantes en la encuesta eran en la mayoría de familias tradicionales de dos padres, estos principios se pueden aplicar en otras circunstancias. Por ejemplo, padres solteros o padres en familias donde ambos trabajan fuera de la casa puede que no tengan mucho tiempo para estar con sus niños pero la calidad del tiempo juntos como familia es igualmente importante. De modo parecido, aunque los padres entrevistados enfatizaron la importancia de buenas relaciones matrimoniales y la necesidad de pasar tiempo a solas con su cónyuge, padres solteros pueden fomentar una adaptación personal sana al programar tiempo para estar solos o participar en actividades con otros adultos.

Las respuestas más frecuentes de los padres de familia encajan en 10 principios básicos sobre los cuales parece haber acuerdo general. Aunque no son nuevos, estos principios de crianza de niños pueden ofrecer una guía útil para padres, maestros, trabajadores de guardería y otros que cuidan a niños.

Ame abundantemente

La tarea más importante es amar y de veras interesarse por los niños. Esto no sólo le da al niño un sentido de seguridad, pertenencia y apoyo, sino también allana las dificultades de la niñez. El amor de madre y padre debe ser especial de dos maneras.

Primero, el amor debe ser constante e incondicional—el amor tiene que estar siempre presente, hasta cuando el niño esté comportándose de manera

poco amable. Segundo, padres de familia deben expresar y mostrar su amor abiertamente para que los niños nunca duden de su presencia. Esto significa que padres deben abrazar y alabar a sus niños a cada posible oportunidad.

Discipline de modo positivo

La disciplina significa establecer y adherirse a normas de comportamiento. Después del amor, los padres subrayan la importancia de dar dirección clara y hacer que los niños cumplan con las normas de conducta. Disciplina es una preparación esencial para adaptarse al mundo externo; hace que el niño se comporte mejor y que sea más feliz. Es mejor usar un acercamiento positivo y decir, “Haga esto” más a menudo que “No haga eso”. Es esencial castigar cuando usted dice que va a castigar. Sea firme diciendo lo que va a hacer y haciéndolo que ha dicho. Castigue lo más pronto posible después del mal comportamiento. No le ponga una carga extra a su cónyuge diciendo, “Ya verás cuando llega tu padre (o madre)”. Aparte de firmeza e inmediatez, los padres describen las siguientes cualidades de disciplina positiva.

- **Sea consistente**—No debilita las reglas establecidas por su cónyuge. Desacuerdos en cuanto a cómo criar a los niños deben resolverse en privado, nunca delante de los niños.
- **Sea claro**—Establezca unas reglas simples y explíquelas claramente de antemano. El niño nunca debe dudar acerca de las reglas.
- **Administre en privado**—Si es posible, nunca castigue a un niño en la presencia de otros. Esto tiende a provocar la enemistad del niño y puede que él o ella continúe portándose mal para salvar las apariencias.
- **Sea razonable y comprensivo**—Explique porque se están dando instrucciones: “La estufa está caliente. Por favor aléjese para que no se quemé”. Sin embargo, no tema decir de vez en cuando “Hágalo porque lo digo yo”. Además, intente entender el punto de vista del niño e intente partir el camino con él o ella. Esto les dará mejores relaciones.

- **Sea flexible**—Con adolescentes, la negociación es un acercamiento útil. De vez en cuando, es bueno que los padres y el niño puedan ajustar las reglas un poco. También, lo que da resultados con un niño no necesariamente dará resultados con otro. La personalidad del niño individual tiene mucho que ver.
- **Desanime dependencia continuada**—Intente aumentar el papel del niño en cuanto a decisiones que afectan su vida. Cuando niños llegan a la adolescencia, animelos a ser independientes sabiendo que ha hecho todo lo posible para formar buenas normas de conducta.
- **Sea autoritativo**—Si usted vacila o es indeciso, o si se siente culpable en cuanto a disciplinar a los niños, puede que lo haga mal. Recuerde que usted tiene años de experiencia, así que plántese en sus decisiones. Nunca deje que un niño le cambie de parecer en cuanto a un castigo que usted piensa necesario. Tenga el valor de confiar en su propio sentido común.

Los padres también discutieron el tipo de castigo más eficaz. Dijeron que cuando un niño le hace daño a otra persona o destruye propiedad, el niño debe disculparse y cuando necesario, hacer restitución con su propio dinero. Mandándolos a su cuarto o negándoles alguna actividad preferida también se considera un buen castigo. Es más, los padres y las madres acordaban generalmente en que zurrar (una manotada rápida en la sentadera) al niño joven está bien cuando necesario. Ellos advirtieron que al niño nunca se le debe dar una paliza, pegar en la cabeza o pegar a manera de satisfacer la ira de los padres. Esto concuerda con la mayoría de encuestas que revelan que la mayoría de padres (aproximadamente el 85 por ciento) zurrar a sus niños de vez en cuando.

Pasen tiempo juntos

"Pase mucho tiempo con sus hijos" fue una recomendación frecuente. Los padres opinaban que este tiempo se debiera pasar:

- **Jugando**—Pase algún tiempo cada día jugando con sus niños. El único propósito de este jugar debería ser gozar no influir en ellos.
- **Hablando juntos**—Tenga verdaderas conversaciones con los niños ratos cuando ambos escuchan y responden sinceramente.
- **Dando instrucción**—Dé instrucción activamente a sus niños tal como habilidades rutinarias como cocinar o la mecánica.
- **Animando actividades de familia**—Espíritu familiar y un sentido de pertenecer se desarrollan al hacer cosas juntos. Salgan de paseo juntos

regularmente, coman comidas especiales y pasen días de fiesta juntos. Asistan juntos a eventos sociales deportivos y religiosos. Un padre recomendó que familias miren menos televisión mediante juegos familiares o tocando instrumentos musicales juntos. Otro dijo "a los niños no se les puede engañar con cosas (juguetes y televisión) en vez de pasar tiempo con ellos".

Atienda a necesidades personales y matrimoniales

Unos cuantos padres de familia señalaron que la adaptación personal era un importante primer paso en la crianza eficaz de niños. Uno notó que para llevarse bien con niños uno tiene que estar a gusto con sí mismo. Otro dijo que "uno no debe sacrificarse completamente para la familia sino apartar una parte de sí mismo para el goce personal". Al tratarse bien a sí mismo este padre pensaba, "usted evita la sensación de ser maltratado, abusado o agobiado cuando algo anda mal". Un buen sentido del humor en cuanto a las faltas de uno mismo y las desgracias de la vida también se notaron como parte importante de la adaptación personal. Padres también comentaron que amor, respeto y fieltad entre cónyuges proporcionan seguridad necesaria a la familia. Dos comentarios hechos durante la encuesta son especialmente útiles:

"Una casa donde el amor se expresa abiertamente es una casa donde los niños florecerán. Expresar el amor a los niños con palabras no basta. Padres de familia deben esforzarse en permitir que los jóvenes vean calor y ternura en la relación matrimonial. Padres no deben menospreciar la importancia de demostrar deleite cada vez que su esposo o esposa entre a la casa. El saludo de la mañana y el beso de las buenas noches establecen un ambiente que anima un cariño parecido en los niños".

"Un esposo y una esposa probablemente serán padres exitosos si le dan primera importancia a su matrimonio. Puede parecer que este acercamiento pone a los niños en segundo plano pero rara vez es este el caso. Madres y padres felices tienen la mayor probabilidad de tener hijos felices cuando el papel de los niños está bien y cariñosamente definido. Casas donde los niños son centrales no producen niños felices ni matrimonios felices tampoco".

Estas observaciones ponen en relieve lo que muchos padres se niegan admitir pero lo que expertos están encontrando: los niños tienden a disminuir en vez de incrementar la intimidad entre esposo y esposa. Estudios recientes revelan que la satisfacción que experimentan matrimonios tiende a disminuir

tras el nacimiento del primer hijo. Con variaciones menores, dicha satisfacción permanece a un nivel más bajo durante los años en que se crían los niños y sólo incrementa después que el hijo menor haya dejado la casa. Por tanto, un padre señaló que se necesita mantener la intimidad con el cónyuge por medio de noches libres semanales, fines de semana sin los niños, saludos tiernos y sorpresas consideradas.

Enseñe el bien y el mal

Muchas de las respuestas señalaron la necesidad de activamente enseñar valores y modales básicos para que los niños se lleven bien en la sociedad. Padres encontraron útiles las siguientes maneras de socializar a sus niños: la asignación de deberes y responsabilidades caseras; afiliación religiosa; insistencia en que los niños traten a los demás con bondad, respeto y honestidad; énfasis en modales en la mesa y gentileza social en la casa; trabajos de tiempo parcial fuera de la casa cuando los niños tengan la edad y el poner ejemplos personales de valor moral y honradez. Los padres exitosos también enfatizaron que pensaban que padres deben declarar claramente sus valores morales personales y discutirlos con sus hijos.

Comentarios específicos incluyen:

- "Haga que los niños estén conscientes de valores correctos: conducta, recursos financieros y tal. Cuando se extravían, padres deben comunicar de manera que anima al niño a escuchar. No sea permisivo o rígido sino firme, para que los niños sepan su posición exacta".
- "Enséñeles a los niños a respetar a personas, ser honestos y tratar a los demás de la misma manera que quisieran ser tratados".
- "A todo niño se le debe enseñar la diferencia entre el bien y el mal, respeto para los demás, su propiedad y para mayores".
- "Enséñeles el valor de la verdad. Repetidas veces recuerdo decirles a los niños que si nos dijeran la verdad haríamos todo lo posible para ayudarles, que en saber los datos verdaderos podríamos tratar con cualquier declaración errónea por parte de otros. Sin embargo, si mintieran, no podríamos darles mucha ayuda porque no podríamos contar con ellos".

Desarrolle respeto mutuo

Los padres enfatizaron la necesidad de insistir en que todos los miembros de la familia se traten con respeto. Esto significa que los padres deben comportarse de manera respetuosa hacia los niños. Padres deben decir "gracias" y "perdón" debidamente, disculpándose ante los niños cuando no tienen la razón,

mostrar un interés activo en las actividades y programas de televisión de los niños, ser honestos y sinceros con los niños siempre, no favorecer a un niño en la familia, cumplir con sus promesas y mostrar confianza en el carácter y juicio del niño. Además padres deben insistir en ser tratados con respecto por los niños. Si padres se tratan con respeto y amor y les enseñan a los niños a respetar a sus padres, una base sólida se establecerá.

Escuche de veras

Padres deben escucharles de veras a sus niños desde sus primeros años. Esto significa dar su atención entera, retirando sus propias creencias y pensamientos, e intentar entender el punto de vista del niño. Como señaló un padre: "Sin importar lo ocupado que esté, escúchele a su niño como persona. Escuchar significa entender y comunicar no sólo el acto físico de oír". También significa hablar en el lenguaje de su niño, animando la expresión de sentimientos buenos y malos y permitir que el niño muestre ira o disgusto sin el temor de perder su amor.

Ofrezca dirección

Al ofrecer dirección a los niños cuando tienen problemas, los padres de familia recomendaron ser breve y declarar sus ideas en unas pocas oraciones en vez de presentar un discurso. También sintieron que es útil hacer que el niño entienda que aunque usted siempre está dispuesto a discutir problemas, antes de que usted ofrecerá soluciones, espera que ellos ya hayan pensado e intentado encontrar soluciones.

Otras sugerencias en cuanto a aconsejar a los niños fueron:

- "No imponga sus opiniones, gustos o disgustos, ofrézcalos estrictamente como su opinión, no como ley".
- "Fruta prohibida siempre es tentadora, así que es mejor andar a ligeras en cuanto a actividades indeseables, programas de televisión, etc. Niños por lo usual respetarán su opinión si es honesto y tenderán a seguir su dirección a no ser que simplemente tienen que 'averiguar por sí mismos'".

Fomente independencia

Reconociendo lo difícil que es soltar a los niños, los padres de familia abogaron gradualmente permitirles más y más libertad y control sobre sus propias vidas. Fomentando independencia, usted ganará el cariño y el respeto de los niños. A los niños se le debe dar la libertad en decidir cuestiones menores inicialmente; luego la gama de decisiones se puede aumentar poco a poco.

Los padres también observaron que niños necesitan apoyo y estímulo de los padres durante toda su adolescencia y madurez temprana. Un padre dijo:

- "Una vez que sus niños alcancen a la edad de mayoría, sálgase de sus asuntos. Pero siempre esté cerca cuando lo necesiten".

Sea Realista

El desarrollar expectativas realistas acerca de la crianza de niños también se mencionó. Se aconsejó que uno debe esperar errores y reconocer que influencias externas como presiones por el grupo paritario aumentarán mientras los niños maduran.

Reafirmaron que la crianza de niños es una serie de "tiempos duros y ratos tiernos".

Ser padres de familia no es tarea simple y es fácil sentirse inseguro y confundido a veces. El acercamiento tradicional a la crianza de niños, el sentido común, parece sensato y estable comparado a teorías y bogas pasajeras.

Adaptado de la publicación del Departamento de Salud, Educación y Bienestar basada en "Raising Children by Old-Fashioned Parent Sense" por Dr. Charles E. Schaefer, sicólogo de niños.

Producido por *AgriLife Communications and Marketing*, El Sistema Texas A&M
Las publicaciones de *Texas AgriLife Extension* se pueden encontrar en Internet en: <http://AgriLifebookstore.org>

Los programas educativos de *Texas AgriLife Extension Service* están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, discapacidad, religión, edad u origen nacional.

Emitido para el desarrollo del Trabajo de la Extensión Cooperativa en Agricultura y Economía del Hogar, Leyes del Congreso del 8 de mayo de 1914 con sus reformas y del 30 de junio de 1914 junto con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Edward G. Smith, Director, *Texas AgriLife Extension Service*, Sistema Texas A&M.

