

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

JUEVES 22 DE JUNIO DEL 2017

EL TEMA DE HOY

LA AUTORIDAD POSITIVA Y NEGATIVA DE LOS PADRES

La autoridad es básica para la educación de los hijos. Los padres deben marcar límites y objetivos claros que permitan diferenciar **qué está bien y qué está mal**, uno de los errores más frecuentes de padres y madres es excederse en la tolerancia. Con esto empiezan los problemas. Hay que llegar a un equilibrio, ¿cómo conseguirlo para tener autoridad?

Algunos padres minimizan la autoridad y otros son demasiado autoritarios, esto hace que sus hijos no tengan un desarrollo equilibrado y feliz.

En la educación lo que deja huella en el niño no es lo que se hace alguna vez, sino lo que **se hace continuamente**. Lo importante es que, tras un periodo de reflexión, los padres consideren, en cada caso, las actuaciones que pueden ser más negativas para la educación de sus hijos, y traten de ponerles remedio.

Principales errores que, con más frecuencia, debilitan y disminuyen la autoridad de los padres:

- **La permisividad.** Es imposible educar sin intervenir. El niño, cuando nace, no tiene conciencia de qué es bueno ni de lo que es malo. No sabe si se puede rayar en las paredes o no. Los adultos somos los que hemos de decirle lo que está bien o lo que está mal. El dejar que se ponga de pie encima del sofá porque es pequeño, por miedo a frustrarlo o por comodidad **es el principio de una mala educación**. Un hijo que hace "fechorías" y su padre no le corrige, piensa que es porque su padre ni lo estima ni lo valora. Los niños necesitan referentes y límites para crecer seguros y felices.

- **Ceder después de decir no.** Una vez que usted se ha decidido a actuar, la primera regla de oro a respetar es la del no. **El NO es innegociable.** Nunca se puede negociar el no, es el error más frecuente y que más daño hace a los niños. Cuando usted vaya a decir no a su hijo, piénselo bien, porque no hay marcha atrás. Si usted le ha dicho a su hijo que hoy no verá la televisión, porque ayer estuvo más tiempo del que debía y no hizo sus deberes, su hijo no puede ver la televisión aunque le pida de rodillas y por favor, con cara suplicante, llena de pena, otra oportunidad. Nunca debe de ceder.

- **El autoritarismo.** No exijas que tu hijo haga todo lo que tú quieres, abusando de tu autoridad. El autoritarismo sólo persigue la obediencia por la obediencia. Su objetivo no es hacer una persona equilibrada y con capacidad de autodominio, sino hacer una persona sumisa, esclavo sin iniciativa, que haga todo lo que dice el adulto. **Es tan negativo para la educación como la permisividad.**

- **Gritar.** No pierdas los estribos al regañar a tu hijo, perder los estribos supone un abuso de la fuerza que conlleva una humillación y un deterioro de la autoestima para el niño. Gritar conlleva un peligro inherente. Cuando los gritos no dan resultado, la ira del adulto puede pasar fácilmente al insulto, la humillación e incluso los malos tratos psíquicos y físicos, lo cual es muy grave, nunca debemos llegar a este extremo.

- **No cumplir las promesas ni las amenazas.** El niño aprende muy pronto que cuanto más promete o amenaza un padre/madre menos cumple lo que dicen. Cada promesa o amenaza no cumplida es un girón de autoridad que se queda por el camino. Las promesas y amenazas **deben ser realistas**, es decir fáciles de aplicar. Un día sin tele o sin salir, es posible. Un mes es imposible.

- **No escuchar.** Muchos padres se quejan de que sus hijos no los escuchan. El problema es que ellos no han escuchado nunca a sus hijos. Los han juzgado, evaluado y les han dicho lo que debían de hacer, pero escuchar nunca.

Actuaciones concretas y positivas que ayudan a tener prestigio y autoridad positiva ante los hijos:

- **Tener unos objetivos claros de lo que pretendemos cuando educamos.** Estos objetivos han de ser pocos, formulados y compartidos por la pareja, de tal manera que los dos se sienten comprometidos con el fin que persiguen. Requieren tiempo de comentario, incluso, a veces, papel y lápiz para precisarlos y no olvidarlos. Además deben revisarse si sospechamos que los hemos olvidado o ya se han quedado desfasados por la edad del niño o las circunstancias familiares.

- **Valorar siempre sus intentos y sus esfuerzos por mejorar,** resaltando lo que hace bien y pasando por alto lo que hace mal. Pensemos que lo que le sale mal no es por fastidiarnos, sino porque está en proceso de aprendizaje. Al niño, como al adulto, le encanta tener éxito y que se lo reconozcan.

- **Confiar en nuestro hijo.** La confianza es una de las palabras clave. La autoridad positiva supone que el niño tenga confianza en los padres. Es muy difícil que esto ocurra si el padre no da ejemplo de confianza en el hijo.

- **Actuar y huir de los discursos.** Una vez que el niño tiene claro cual ha de ser su actuación, es contraproducente invertir el tiempo en discursos para convencerlo. Los sermones tienen un valor de efectividad igual a 0. Una vez que el niño ya sabe qué ha de hacer, y no lo hace, actúe consecuentemente y aumentará su autoridad.

- **Reconocer los errores propios.** Nadie es perfecto, los padres tampoco. El reconocimiento de un error por parte de los padres da seguridad y tranquilidad al niño/a y le anima a tomar decisiones aunque se pueda equivocar, porque los errores no son fracasos, sino equivocaciones que nos dicen lo que debemos evitar. Los errores enseñan cuando hay espíritu de superación en la familia.

Todas estas recomendaciones pueden ser muy válidas para tener autoridad positiva, los padres deben hacerse un auto examen para saber si tienen autoridad positiva o negativa con sus hijos.

El amor y el sentido común son factores muy importantes en la educación de los hijos.

Educar es estimar, **El amor** hace que las técnicas no conviertan la relación en algo frío, rígido e inflexible y, por lo tanto, superficial y sin valor a largo plazo. El amor supone tomar decisiones que a veces son dolorosas, a corto plazo, para los padres y para los hijos, pero que después son valoradas de tal manera que dejan un buen sabor de boca y un bienestar interior en los hijos y en los padres.

El sentido común es lo que hace que se aplique la técnica adecuada en el momento preciso y con la intensidad apropiada, en función del niño, del adulto y de la situación en concreto. El sentido común nos dice qué no debemos hacer y qué es lo que si podemos hacer. Si en algún momento los padres tienen dudas sobre como están ejerciendo su autoridad, debe buscar ayuda para tener las ideas claras antes de actuar.

Para esto es muy importante buscar ayuda psicológica, ya que la buena relación de padres e hijos es indispensable.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 102 Y 103.

E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Pagina Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.

Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.