

12. Educar con firmeza y cariño

Autora: Ana Torres Jack

Diez normas que se les puede exigir a los niños pequeños



Los tres primeros años de vida en la educación de los niños son fundamentales para la formación de su personalidad. Por eso es importante establecer unas normas básicas que poco a poco se vayan convirtiendo en hábitos. Las rutinas, además, son de gran ayuda para evitar el desgaste emocional que supone entrar en conflicto constante con los hijos por discusiones a la hora de comer, de irse a la cama o de recoger la habitación.

Hay que reconocer que a veces resulta difícil calibrar el nivel de exigencia que se puede aplicar a un hijo de corta edad, pero en general diez normas adecuadas para los primeros años podrían ser estas:

1. Obedecer a los padres

2. No pegar a nadie

3. No mentir

4. No contestar con malos modos

5. No gritar al enfadarse: prohibidas las rabietas

6. No interrumpir a los mayores cuando están hablando

7. No romper ni estropear cosas de casa o del colegio

8. No quitar cosas a los hermanos o compañeros

9. Respetar los horarios de comida, cena, estudio, juego, sueño.

10. No amenazar ni chantajear (con marcharse de casa, con portarse peor...)

La pregunta es: ¿cómo conseguir que el niño pequeño cumpla estas reglas? Pues aplicando unas estrategias educativas coherentes y constantes en el tiempo, por ejemplo:

1. Elogios y recompensas. Las mejores recompensas son la atención, el elogio y el cariño. No es necesario premiar al niño con chucherías o juguetes. Una tabla de puntuación por estrellas o una salida especial a La Casa de los Peces puede ser suficiente para reforzar un patrón de buena conducta.

2. **Coherencia.** Una vez establecida una norma, no se puede cambiar. Hay que asegurarse de que todas las personas que cuidan al niño siguen los mismos criterios
3. **Rutina.** Las horas fijas de paseo, juego, comidas, baño y sueño son la piedra angular de la vida familiar. Eso sí, una vez que estén establecidos los hábitos hay que permitirse cierta flexibilidad, como por ejemplo cuando se sale de viaje. La rutina no tiene por qué ser rígida.
4. **Límites.** El niño debe saber que su comportamiento tiene unos límites que separan lo aceptable de lo que no lo es. Hay que establecer normas y hacerle saber lo que se espera de él.
5. **Disciplina.** Los límites sólo pueden mantenerse con la ayuda de la disciplina, lo que supone un control firme. Tal vez sea necesaria una voz autoritaria y una advertencia para que el niño reciba el mensaje.
6. **Advertencias.** Los cambios repentinos de actividad descolocan a los más pequeños. Es preferible avisar con tiempo de que va a ser la hora de recoger, de cenar o de ir a dormir. Además, las advertencias también sirven para darle al niño la oportunidad de corregir su comportamiento.
7. **Explicaciones.** Uno niño pequeño no puede saber cómo queremos que se comporte a menos que se lo digamos. No hay que dar razones o explicaciones complicadas, es suficiente con exponer lo obvio.
8. **Contención.** Los padres son quienes mandan, así que nunca pueden perder los nervios. No se debe responder a una rabieta con un despliegue de ira, ni a un grito con otro grito.
9. **Responsabilidad.** La infancia consiste básicamente en crecer. Es conveniente dejar que hagan pequeñas cosas para reforzar su autoestima y aprender las habilidades personales y sociales básicas.
10. **Relajación.** Normas sí, disciplina, también. Pero en un ambiente de afectividad y disfrute general. Participar en sus juegos, permitir que las comidas sean divertidas o que la hora del baño sea un momento festivo y relajado se traduce en calidad de vida para todos los miembros de la familia.