



Decálogo de pautas educativas para la prevención del conflicto familiar



1. Introducción

La mayoría de padres y madres se enfrentan al **desafío de la educación con mucha voluntad e ilusión**, pero no siempre con las ideas claras. Los niños y niñas con un temperamento difícil, dificultan la tarea de educar. Nos podemos encontrar con padres o madres que hayan tenido habilidades a la hora de educar a un hijo o hija con un temperamento fácil, pero que esas habilidades no hayan sido suficientes a la hora de educar a otro de sus hijos/as con un temperamento más difícil. La gran mayoría de padres y madres quieren mucho a sus hijos e hijas y todo lo que hacen o han hecho a lo largo de su educación, ha sido con la mejor intención, queriendo atenderles adecuadamente y formarles como personas con unos valores adecuados. Sin embargo, esta es una ardua tarea, que se complica muchísimo más si los hijos o hijas han nacido con un temperamento difícil. Pero no olvidemos, que este temperamento está y debe estar mediatizado por los padres y madres, por la forma que tengan de reaccionar y por las pautas de crianza que utilicen.

Utilizar unas pautas de crianza adecuadas implica conjugar adecuadamente el afecto, la disciplina y la comunicación, y ser modelos prosociales para los hijos e hijas. Saber poner límites, teniendo en cuenta los diferentes periodos evolutivos por los que atraviesan, supervisar que no se rebasen dichos límites e imponer consecuencias cuando se transgreden. Escuchar a los/as hijos e hijas y, conforme se van haciendo mayores, aprender a negociar con ellos o ellas. Hacer un uso adecuado del “NO” y del “SÍ”, para enseñarles a ser responsables y a tolerar la frustración. Además, evitar las contradicciones y desautorizar a la otra figura de autoridad, siendo coherentes y consistentes.





Si desde que los hijos e hijas son pequeños/as los padres y madres no van moldeando sus comportamientos negativos, enseñándoles que de esta forma no conseguirán sus objetivos, el niño o niña crecerá y su temperamento difícil y conductas negativas crecerán también.

A continuación, presentamos un **decálogo de pautas educativas** que es importante aplicar, desde que los hijos e hijas son pequeños/as, porque favorecerán su correcta socialización. Este decálogo gira en torno a tres ejes fundamentales que para nosotros/as definen lo que significa educar y que debemos tener presentes a la hora de acompañar a los hijos e hijas en su crecimiento y maduración, así como en su correcta socialización. Estos ejes complementarios que deben guiar las acciones de los referentes educativos son:

- > **Afecto:** A través de nuestras acciones debemos ser capaces de transmitirle que es importante para nosotros y nosotras, que le queremos por lo que es, por ser nuestro hijo o hija y por ser una persona única y valiosa. Es como diferenciar el “ser” del “hacer”. Le queremos por lo que es, aunque en ocasiones cuestionemos cosas que hace.
- > **Comunicación:** Debemos aprender a comunicarnos con nuestros hijos e hijas de manera adecuada. Dentro de la comunicación hay que darle importancia a la expresión de lo positivo. A decirle a mi hijo o hija lo que me gusta, a felicitarle por sus logros, a darle valor.
- > **Disciplina:** La educación no puede estar exenta de límites. Las normas educan, guían y dan seguridad a nuestros hijos e hijas.

2. Decálogo de pautas educativas

1 Como padres y madres debemos **responder a las necesidades de afecto de nuestros hijos e hijas**. Transmítele a tu hijo o hija con tus acciones, tu amor por él/ella. Esto no significa que le tengas que colmar de besos y abrazos, no hablamos solo de dar cariño. Tampoco estamos hablando de sobreprotegerlo y tenerlo entre algodones, ya que tenemos que dejar que construya su personalidad de forma autónoma y no dependa de nosotros/as. Se trata de hacer cosas que le demuestren que jamás lo cuestionarás como persona. Hazle saber que para ti es una persona valiosa y única. El amor por un hijo o hija es incondicional, pero eso no significa pasar por alto sus comportamientos inadecuados. Sería algo así como diferenciar entre el “ser” y el “hacer”. Por ejemplo, no es lo mismo decirle “esto está mal” que “eres malo”.

2 No olvides **valorar y felicitar a tu hijo o hija por aquello que hace bien** y recuerda que para ello no es necesario que haga grandes cosas. Por ejemplo, aunque hacer su cama forma parte de sus responsabilidades, es importante hacerle saber que te gusta que la haga. Del mismo modo, si tus hijos o hijas están juntos/as en la habitación, jugando sin discutir, hazles saber que te gusta cuando comparten su tiempo y lo pasan bien. **No des por hecho que ya lo saben**. De esta forma reforzarás su autoestima y ayudarás a que esos comportamientos y actitudes positivas se mantengan y se repitan.



3 Ten en cuenta que el **discurso convence, pero el ejemplo arrastra**. Recuerda que los padres/madres somos modelos a imitar para nuestros hijos e hijas y que tus acciones y actitudes, tanto positivas como negativas, no pasan desapercibidas. Tu ejemplo tiene mucho peso en su educación. Cuando te observa día a día y en tu interacción con los/as demás, está aprendiendo. Puedes ser un buen ejemplo para que tu hijo o hija aprenda a ponerse en el lugar de los/as demás, a asumir la responsabilidad de sus acciones, a resolver problemas, a tolerar la frustración y a inhibir conductas agresivas. Por ejemplo, no le digas gritándole, que no debe gritar.

4 Escucha activamente a tu hijo o tu hija. En ocasiones las responsabilidades y problemas nos llevan a no darle importancia al hecho de que mi hija pequeña me quiera contar lo que ha hecho hoy en el cole o a que mi hijo mayor quiera que vea un video porque le gusta. Aunque en ese momento para ti no sea algo importante, para él o para ella, sí que lo es. Deja por 10 minutos lo que estás haciendo y préstale atención a lo que te quiere comunicar.



5 A la hora de actuar y comunicarte con tu hijo o hija, no lo hagas como si fuera un amigo. Recuerda que eres su padre o madre con todo lo que conlleva. Por ejemplo, es positivo que te cuente sus problemas, pero no que te haga cómplice de sus “batallitas”. A veces pensamos que, por conocer todos los detalles de su vida personal y social, tenemos más control sobre él o ella. Sin embargo, esto solo sirve para que te preocupes, ya que no puedes perseguirle las 24 horas del día. Comunícate tú también con él o ella, haciéndole partícipe de la dinámica familiar y tomando en cuenta su punto de vista, pero evita compartir detalles íntimos sobre tu vida personal y/ o sentimental. Reserva esta parte para hablarla con tus amigos/as.

6 Ten presente la importancia de poner normas a tu hijo o tu hija y que estas deben ser pocas, claras y concretas. Los límites, no sólo no traumatizan, sino que educan, dan seguridad y les ayudan a saber lo que esperas de él o ella. A la hora de poner normas, o negociarlas, no lo hagas en función de tus miedos ni de tus intereses. Hazlo siempre teniendo en cuenta la edad de tu hijo o de tu hija, su nivel madurativo y su grado de responsabilidad. Por ejemplo, si no le dejas ir a un determinado lugar que no sea porque te da miedo que le pase algo, sino porque objetivamente sea peligroso o no esté acorde con su edad.


7 **Cuando tu hijo o hija cumpla las normas, valóraselo positivamente**, no sólo dándole cosas materiales, sino también reconociéndoselo y prestándole atención. Por otro lado, cuando no las cumpla recuerda que enfadarse no evitará que su conducta se vuelva a repetir. Límitate a poner una consecuencia y asegúrate de que se cumpla. Eso te permitirá ser predecible. Recuerda que las consecuencias deben ser proporcionadas a la conducta inadecuada. Los castigos indefinidos no funcionan. Tómate tu tiempo para decidir la consecuencia, ya que una vez impuesta nunca debes levantarla ni negociarla.

8 **Aprende a mantenerte firme en el “no”**. No temas a su reacción al decirle que no. Es posible que se enfade mucho o incluso tenga una reacción agresiva. Si logras no ceder, le enseñarás que de esa forma no conseguirá su objetivo. Eso le ayudará a poderte predecir y tu ganarás en seguridad y confianza, dándote cuenta que, no solo eres capaz de hacerlo, sino que funciona.



9 **Cuando tu hijo o tu hija se enfade contigo y diga cosas que te puedan dañar o que te parezcan injustas, no entres en sus provocaciones**. No conseguirás hacerle razonar, alimentarás su enfado y acabarás enfadándote tú y perdiendo el control de la situación. Simplemente asume su enfado, sin ceder ni entrar en una guerra de críticas, ya que os alejaréis de la verdadera razón que le hizo enfadar. No prestes atención a su enfado y cuando recupere la tranquilidad, refuerza su calma y valora si su conducta merece una consecuencia negativa.

10 **Piensa en la importancia de que exista coherencia entre todas las figuras educativas**, independientemente de si estáis en pareja o separados. El objetivo como padres y madres ha de ser educar en la misma línea y no ha de ser competir. Desautorizar, atacar o hablar mal de la otra persona, sólo confunde a tu hijo o hija, le daña emocionalmente y le enseña a sacar partido de la situación.



Si vives situaciones de conflicto con tus hijos/as, pide ayuda a nuestro equipo de profesionales del Proyecto Conviviendo.

■ **A CORUÑA**

C/ San Rosendo, 11
981 600 555 / 682 701 210
conviviendo.coruna@fundacionamigo.org

■ **MADRID**

C/ Laurel, 18
667 496 157
conviviendo.madrid@fundacionamigo.org

■ **BILBAO**

Av/ Lehendakari Aguirre, 129
944 741 479
conviviendo.euskadi@fundacionamigo.org

■ **VALENCIA**

Senda de Sant Miquel de Soternes
653 743 518
conviviendo.valencia@fundacionamigo.org

■ **TORRELAVEGA**

C/ Marqués de Santillana, 13
942 082 731 / 665 726 708
conviviendo.cantabria@fundacionamigo.org

■ **VIGO**

C/ Purificación-Saavedra, 15
692 698 665
conviviendo.vigo@fundacionamigo.org

■ **ALICANTE**

C/ Castaños, 5
651 893 333
conviviendo.alicante@fundacionamigo.org

■ **CASTELLÓN**

C/ La Luna, 5
655 649 731
conviviendo.castellon@fundacionamigo.org



Analiza tu caso con nuestro test de detección de violencia filio-parental
www.fundacionamigo.org/analizar



Fundación Amigó

Madrid - España
C/ Zacarías Homs 18 - C.P. 28043
Tel.: +34 91 300 23 85
Fax: +34 91 388 24 65
info@fundacionamigo.org
www.fundacionamigo.org

Síguenos en nuestras **redes sociales**

