

Diez técnicas para ser mejor padre

Diez cosas que cada padre debe saber...¡y hacer!

1. Respete a la madre de sus hijos

Una de las mejores cosas que un padre puede hacer por sus hijos es respetar a su madre. Si usted está casado, mantenga un matrimonio fuerte y vital. Aunque no esté casado, también es importante respetar y apoyar a la madre de sus hijos. Los padres que se respetan y que lo dejan saber a sus hijos, les crean un ambiente de seguridad. Cuando los niños ven que sus padres se respetan, es más probable que ellos también se sientan aceptados y respetados.

2. Pase tiempo con sus hijos.

La manera en que un padre emplea su tiempo les enseña a sus hijos qué es lo que le importa. Si parece que siempre está demasiado ocupado como para ocuparse de sus hijos, diga lo que diga se sentirán descuidados. Valorar a los niños a menudo significa tener que sacrificar otras cosas, pero es necesario que pase tiempo con sus hijos, porque los niños crecen tan rápido que las oportunidades desaprovechadas se pierden para siempre.

3. Gane el derecho a que le escuchen

Con demasiada frecuencia las únicas ocasiones en que un padre habla con sus hijos son cuando se han portado mal. Esa es la razón por la que muchos niños se acobardan cuando su madre les dice «Su padre quiere hablarle». Adopte la costumbre de hablar con sus hijos cuando son muy jóvenes para que los temas difíciles resulten más fáciles de manejar cuando sean mayores. Tome el tiempo necesario para escuchar sus ideas y problemas.

4. Discipline con amor

Todos los niños necesitan consejo y disciplina, no como castigo, sino para que sepan cuáles son los límites razonables. Recuérdeles a sus hijos las consecuencias de sus acciones y déles una recompensa significativa cuando se comporten como deben. Los padres que disciplinan de manera calmada y justa demuestran el amor que se sienten por sus hijos.

5. Dé un buen ejemplo

Los padres son modelos para sus hijos aunque no se den cuenta de ello. Una chica que pasa tiempo con un padre cariñoso crece sabiendo que merece ser tratada con respeto por los chicos, y sabiendo lo qué debería buscar en un marido. Los padres pueden enseñar a sus hijos qué es lo que importa en la vida mostrándose honrados, humildes y responsables.

6. Sea un maestro para sus hijos

Muchos padres piensan que el enseñar es algo que hacen los otros. Pero un padre que les enseña a sus hijos a distinguir entre lo bueno y lo malo les anima a hacer lo mejor que puedan verá a sus hijos hacer buenas elecciones. Los padres comprometidos utilizan ejemplos de la vida cotidiana para ayudar a sus hijos a aprender las lecciones básicas de la vida.

Diez técnicas...

7. Comer juntos como una familia

Comer juntos (desayuno, almuerzo, cena) puede formar una parte importante de una vida familiar saludable. Aparte de estructurar el día ocupado, les da a los niños la oportunidad de hablar de lo que hacen y lo que quieren hacer. También es un momento oportuno para que los padres escuchen y aconsejen. Lo más importante es que sea un momento en el que la familia pueda reunirse todos los días.

8. Lea a sus hijos

En un mundo donde la televisión a menudo domina la vida de los niños, es importante que los padres se esfuercen en leer a sus hijos. Los niños aprenden mejor tanto mirando y escuchando como haciendo y leyendo. Lea a sus hijos desde una edad muy joven. Cuando sean mayores animeles a leer solos. Inculcar un afán por la lectura en sus hijos es una de las mejores maneras para asegurar que tendrán una vida llena de crecimiento personal y profesional.

9. Demuestre cariño

Los niños necesitan la seguridad que proporciona el saber que son queridos y aceptados por su familia. Tanto los padres como las madres—pero sobre todo los padres—deben sentirse cómodos y dispuestos a abrazar a sus hijos. Demostrar a diario afecto por sus hijos es la mejor manera de hacerles saber que les quiere.

10. Sea consciente de que el trabajo de un padre nunca se acaba

Aun cuando los niños están crecidos y listos para dejar la casa, todavía buscarán la sabiduría y consejos de sus padres. Ya sea en lo relativo a continuar su educación, un nuevo trabajo o una boda, los padres siguen jugando un papel importante en las vidas de sus hijos a medida que crecen y tal vez se casan y forman sus propias familias.

Información provista por:

*National Fatherhood Initiative (La iniciativa nacional por la paternidad)
101 Lake Forest Boulevard, Suite 360, Gaithersburg, MD 20877
teléfono: (301) 948-0599 • fax: (301) 948-4325 • www.fatherhood.org*