



Educar para transmitir confianza

Educar a un hijo no resulta siempre sencillo, ya que los niños no vienen con manual de instrucciones y los padres no siempre aciertan pero lo importante, por lo menos, es intentarlo. Las características de cada padre/madre y de cada hijo son únicas por lo que cada caso es diferente y el vínculo entre ellos es único e irrepetible.

Conocer a un hijo es fundamental para que exista un amor sano y un buen vínculo afectivo. Los padres son quienes mejor conocen a sus hijos por lo que ellos son los que mejor van a decidir sobre él.

Para conocer a los niños hay que observarles atentamente. Es a través de la observación cuando un padre o madre es capaz de adelantarse a las reacciones de sus hijos, a sus deseos y preferencias y a sus necesidades en cada momento.

Debes confiar en tu criterio para la educación de tu hijo. Es bueno tener en cuenta los consejos de otras personas de tu alrededor, pero siempre tienes que tener tú junto con el otro progenitor la última palabra en cuanto a la educación de tu hijo se refiere.

Además, si alguna vez te sientes desbordado por cualquier motivo en esta tarea, te puedes dirigir a un profesional en el ámbito (psicólogo, psicopedagogo, educador) para que te oriente acerca de pautas educativas.

Un niño necesita confianza en sí mismo y en sus padres, seguridad y estabilidad emocional. Al igual que los padres quieren que sus hijos sean lo más felices posible, los niños quieren que sus padres se sientan orgullosos



Centro Psicológico Gran Vía

de ellos. Por esto mismo, hay que decirles a los niños lo orgullosos que estamos de ellos y el motivo. Es conveniente generar una comunicación emocional en el hogar para poder decir y transmitir los sentimientos entre los componentes de una unidad familiar.

Decir con naturalidad palabras bonitas tanto de padres a hijos como de hijos a padres es primordial para crear un ambiente de cariño y afecto. Alegrías, elogios, todo lo positivo se debe decir. Sin embargo, a veces pasamos por alto lo bueno y resaltamos más las riñas y los enfados. Lo bueno debe pesar más en la comunicación con los hijos, así su autoestima se verá fortalecida y los vínculos reforzados.

La confianza también se transmite con nuestro cuerpo, gestos y actitud. Desde los primeros días, es muy importante transmitirles cariño y en ello influye el tono de voz (afectuoso-suave), la expresión del rostro y el tacto. Con los niños pequeños son necesarios los abrazos, los gestos afectuosos y el contacto para que se sientan queridos. Probablemente, en los momentos de tensión no sale tanto este afecto pero también es importante en estos casos tener en cuenta cómo lo resolvemos, ya que en función del método que empleemos le estaremos mandando un mensaje u otro al niño. No podemos perderle el respeto ya que si no es difícil que él lo tenga con sus padres e incluso que él se respete a sí mismo. Los límites son necesarios y hay que expresarlos de manera clara pero nunca con actitud de desprecio.

Animarles a asumir retos y no ponerles barreras. Confiar en sus capacidades cuando van a hacer algo a pesar de que haya riesgo de que no les salga o de equivocarse, dentro de sus posibilidades. Hay que buscar "la mejora" y no "la perfección". Por este motivo debemos alentar a los niños hacia el esfuerzo, a querer hacer la tarea o a querer asumir la responsabilidad de intentarlo, pero no buscar que lo haga perfectamente. No le corrigas siempre por todo, es mejor que le guíes en su camino para que aprenda a hacer las cosas por sí mismo y con confianza. De esta manera, comprenderemos que las equivocaciones son parte del proceso. Hay niños que lo quieren hacer todo a

Bilbao
Gran Vía, 17, 4º - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2º - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39



Centro Psicológico Gran Vía

la perfección y muchas veces no hacen el intento por el miedo al fracaso. A estos niños habrá que invitarlos a emprender una actividad con el adulto y una vez que estén haciendo la actividad juntos el adulto o padre le puede hablar de sus propias equivocaciones y como el equivocarse no es fracasar.

Las expectativas que los padres tengan sobre sus hijos, por tanto, juegan un papel importante en este punto. Es necesario crear unas expectativas reales y alcanzables para los niños y no transmitirles más presión de lo debido ni bloquearles su intento por hacer las cosas. No esperar lo que no puede ser. Como padres es necesario examinarse los sentimientos propios sobre logros y equivocaciones y cómo los afrontan para no dejar que estos sentimientos contaminen la visión de los hijos o la ayuda que se le brinda.

Para dar ánimos y transmitir confianza es necesario separar los "hechos" del "ser". Es necesario transmitirle que siempre van a ser la misma persona, obtengan los logros que obtengan, y que se les va a querer y valorar por ello. Los "hechos" son las intenciones, logros y equivocaciones y sobre éstos se transmiten los ánimos y se realizan las correcciones, pero no sobre la persona en sí misma. Conviene corregirles los errores y decirles lo que se espera de ellos pero valorando su persona.

Por otro lado, los padres deben ser facilitadores de diferentes contextos que puedan brindar la oportunidad a los niños para experimentar y perfeccionar sus habilidades. La adecuación de estos contextos, acorde al momento evolutivo de cada niño es clave ya que puede alentar o frustrar al niño. Hay que valorar los espacios, las características de éstos, los materiales, los juguetes y juegos que se emplean para que sean los más adecuados, les brinden seguridad e inciten a los niños a probar y a avanzar. Es muy positivo ofrecerles oportunidades para que nos ayuden en alguna actividad, según la edad y las capacidades. Poder ayudar a un adulto les hace sentirse competentes y lo podrán aprender para, posteriormente, hacerlo de manera autónoma. Para ello hay que confiar en ellos y tener paciencia; no hacerlo por ellos.

Bilbao
Gran Vía, 17, 4º - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2º - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39



Centro Psicológico Gran Vía

Haz que tus hijos sean autosuficientes

- * Convive y juega con él para conocerlo mejor.
- * Responde a sus necesidades y brindarle seguridad, apoyo y afecto.
- * Permitirle explorar su ambiente de acuerdo a sus habilidades.
- * Obsérvalo y sé sensible para ofrecerle ayuda cuando lo requiera.
- * No le des demasiadas instrucciones.
- * No hagas las cosas por él.
- * Permite que elija alternativas y experimente las consecuencias de sus decisiones.
- * Elogia sus logros.
- * Ten la disponibilidad de guiar y orientar, así como de estimular la seguridad en sí mismo y el sentimiento de ser competente.
- * Ten paciencia y se tolerante disfrutando sus pequeños y sus grandes logros.

La sobreprotección es uno de los elementos que obstaculiza la independencia, la autosuficiencia y la responsabilidad. Consiste en resolver los problemas de los hijos por temor a que sufran o se lastimen y lleva a hacer niños dependientes y poco resistentes a las adversidades. Los padres sobreprotectores les quitan a sus hijos la posibilidad de valerse por sí mismos y de resolver situaciones que no atañen a nadie más que a ellos.

Bilbao
Gran Vía, 17, 4º - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2º - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39



Centro Psicológico Gran Vía

Es natural que los padres deseen que sus hijos vivan lo más felices posible, proporcionándoles todo lo que necesitan y evitándoles problemas, sufrimientos y frustraciones. Sin embargo, es conveniente pensar que la tarea principal como padres es prepararlos para enfrentar el mundo cuando ya no estén a su lado y que resolviéndoles todo se les quita esa oportunidad.

La sobreprotección, es generalmente el resultado de la inseguridad de los padres, así como de la posesión por temor a perder al hijo al volverse independiente. Es por esto que es recomendable que el padre reconozca sus propias necesidades y permita que el niño desarrolle sus propias habilidades para que sienta la confianza y seguridad para enfrentar los retos de la vida.

BIBLIOGRAFÍA

Narbón de la Villa, C. y Marquez de Lara, A. (2008). *Mejorar la autoestima*. Gesfomedia.

Maso- Fleischman, R. *Dar Animo y Aumentar la Confianza en Si Mismo*. Recuperado de http://www.padresysushijos.com/html/01articulos/011_autoestima.html.

<http://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/valores/la-confianza-educar-en-valores-a-los-ninos/>

Bilbao
Gran Vía, 17, 4º - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2º - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39