

## Las malas decisiones pueden dar lugar a buenas lecciones

Los niños toman decisiones todos los días. Algunas veces toman las decisiones acertadas, pero otras veces toman malas decisiones. Quizás miran demasiada televisión, dicen o hacen algo descortés, o dicen una mentira. Pero esto no significa que todo está perdido.

Explíquelo a su hijo que todos, incluyendo usted mismo, tomamos malas decisiones alguna que otra vez. Luego, enséñele a su hijo los siguientes cuatro pasos para transformar una mala decisión en una experiencia positiva:

1. **Reconocer el error.** “Papá, dije una mentira. En realidad sí tengo tarea para mañana, pero no entiendo cómo hacerla”.
2. **Aceptar las consecuencias.** “Sé que debo hacer la tarea y me esforzaré para hacerla. También sé que no podré jugar videojuegos por haber mentido”.
3. **Disculpase.** “Lo siento, Papá. Le pediré ayuda al maestro mañana. Y no volveré a mentirte”.
4. **Aprender la lección.** “Hacer la tarea hubiera sido mucho más fácil que mentir. Cuando hago la tarea, mi maestro sabrá que soy responsable y que tengo ganas de aprender”.



# Las consecuencias efectivas influyen en el rendimiento

Algunas veces, la mejor manera de disciplinar no requiere que los padres establezcan consecuencias. Deje que las consecuencias naturales enseñen la lección. Imagine que su hijo olvida estudiar para un examen y luego se aflige porque sacó una mala calificación. Usted podría simplemente decirle, “Esto te ha amargado. Hablemos sobre cómo evitar que vuelva a suceder”.

Sin embargo, otras veces sí es necesario que ponga una consecuencia lógica. La clave para hacer esto con éxito está en saber cuándo y cómo hacerlo. Asegúrese de que las consecuencias que establezca:

**1. Estén relacionadas.** La consecuencia debe estar relacionada al “crimen”. Si su hijo decidió ver tele en lugar de hacer su informe de historia, no poder ver tele durante una semana podría ser una consecuencia relacionada.

**Reglas Firmes, Justas y Constantes**

Copyright © 2013 The Parent Institute, una división de NIS, Inc. [www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com)  
Puede ser reproducido por los suscriptores de *Firm, Fair & Consistent*®.



- 2. Sean razonables.** Sería poco razonable decirle a su hijo que nunca más podrá ver televisión porque ha tomado una mala decisión. Para que las consecuencias sean eficientes, deben ser coherentes.
- 3. Sean respetuosas.** Decir algo como, “Si no fueras tan perezoso, ¡no tendría que gritarte!” es hiriente. Recuerde concentrarse en la mala conducta y en las consecuencias.

THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®



## La comunicación influye en la conducta en casa y en la escuela

Realmente es simple: la manera en la que los padres se comunican con sus hijos influye en el comportamiento de los niños. Los niños necesitan que les digan que son capaces y que los aman. Esto se verá reflejado en una mejor conducta en casa y en la escuela.

Aquí tiene algunos recordatorios sencillos:

- **Pase tiempo con su hijo.** Escúchelo con atención cuando le habla.
- **Anime a su hijo a expresar su opinión.** Escuche con la mente abierta y no sea crítico. Muéstrelle que usted valora su opinión.
- **Hable sobre la escuela.** Asegúrese de que su hijo sepa lo importante que es la escuela. Muestre interés en lo que su hijo hace en ella.
- **Evite criticarlo.** Diga, “Te quiero, pero no me gusta tu comportamiento”. Si está enojado, evite hablar



del tema hasta que recupere la calma. Hable en un tono de voz tranquilo.

- **Recalque la buena conducta.** “Estoy orgulloso de ti porque volviste a leer el capítulo. ¡Te irá muy bien mañana en el examen!”

## Postergar las tareas puede disminuir el éxito de su hijo

Cuando llega la hora de hacer la tarea escolar, muchos niños la postergan ... y la postergan. Y de repente, ya no tienen suficiente tiempo para terminarla. Esto daña el aprendizaje y las calificaciones. Para ayudar a su hijo a evitar dejar la tarea para más tarde y fortalecer su autodisciplina, ofrézcale los siguientes consejos:

- **Mantener una rutina de estudio.** Es mejor estudiar a la misma hora y en el mismo lugar todos los días. Programe una alarma diaria para marcar el comienzo de la hora de estudio.
- **Evitar decir,** “No sé por dónde comenzar”. Cada día debe escoger una clase o un tema para comenzar. Podría elegir el tema más difícil y volcarse de lleno.
- **Comenzar.** Si tiene una tarea que se ve muy difícil, que pruebe trabajar en ella durante 10 minutos. De esta manera, hará parte de la tarea sin que sea



tan intenso. (¡Quizás incluso continúe trabajando cuando acaben los 10 minutos iniciales!)

- **Dividir las tareas grandes en partes pequeñas.** Resulta tentador postergar un informe de investigación. Por eso es importante poner un plazo para cada sección. Hacer un esquema es menos intimidante que escribir todo el informe junto.

## Coopere para promover la seguridad en la escuela

No hay nada que sea tan importante para los padres como el bienestar de sus hijos. Las escuelas toman grandes medidas para asegurar la seguridad de los estudiantes y del personal. Sin embargo, cuando toma lugar una acción violenta, los padres se asustan y se sienten impotentes.

Aquí tiene algunas cosas importantes para hacer:

- **Pregúntele a su hijo** cómo se siente, y escuche sus respuestas. ¿Existen lugares en la escuela en los que su hijo no se siente seguro?
- **Asista a las reuniones escolares.** Aprenda sobre las reglas de la escuela. Pregunte qué es lo que se está haciendo para mantener un ambiente de aprendizaje seguro. Apoye los esfuerzos de la escuela para prevenir la violencia.
- **Responda las preguntas de su hijo.** Verifique que sepa lo que la escuela hace para mantener la seguridad.



- **Converse con su hijo y sus amigos.** A menudo, los niños se enteran antes que los adultos sobre las situaciones en la escuela que se pueden tornar violentas.
- **Únase (o comience) un grupo contra la violencia.** Cuando los padres, las escuelas y los líderes de la comunidad trabajan juntos, pueden marcar una diferencia enorme.



## La organización conduce a un mejor rendimiento en la escuela

Tenemos un examen mañana?” “¿Dónde está mi tarea de matemática?” “Necesito una cartulina para mañana. ¿Me puedes llevar a la tienda?” ¿Acaso esto le resulta familiar? Su hijo solía ser organizado, ¿qué le sucede ahora?

A medida que su hijo crece, será responsable de llevar un registro de más horarios, tareas y exámenes. Esto puede ser un tanto abrumador, pero su rendimiento escolar está en juego. Usted puede ayudarlo al animarlo a organizar su:

- **Lugar de estudio.** Allí debe tener bolígrafos, hojas de papel, carpetas, etc.
- **Tarea,** incluyendo los trabajos semanales y diarios.
- **Calendario.** Debe anotar todas las fechas de entrega, los exámenes y las actividades.



Ambos se sentirán más relajados sin la constante preocupación de pensar en dónde están las cosas y cuándo se deben entregar. Su hijo no deberá desperdiciar tiempo juntando los materiales y recuperando los trabajos. Sino que podrá dedicar su tiempo a trabajar y jugar en el tiempo de sobra.