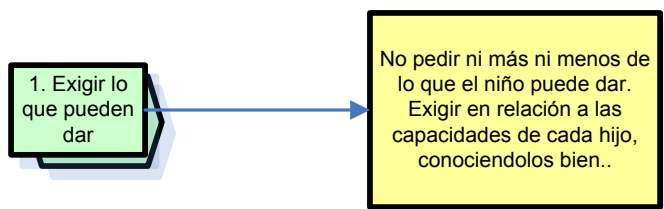


Como Exigir

“Exigir es un deber adquirido por amor. Hay que hacerlo siendo fuertes en la cosa y suaves en la forma, para que el aprendizaje del valor adquiera solidez y resistencia.”

Es dar una clara y precisa dirección a los hijos, de manera entusiasta y optimista manteniendo el interés en los hijos sin dejarse llevar por la fatiga y la apatía; con espíritu deportivo y a la medida de cada persona. Exigir y dejar hacer al mismo tiempo es un arte sumamente difícil que requiere, por parte del padre o madre, poner mucho amor. Sólo exige con éxito el que ha ganado la autoridad con el juego, el diálogo, buen ejemplo y cariño; los padres han de ser amigos de sus hijos coordinándose con la responsabilidad de saber exigir adecuadamente con firmeza, con intencionalidad educativa cuando se eligen los medios, ya que la intención define la bondad de lo que se exige.



1.- Exigir lo que pueden dar.

Para saber educar y exigir, es necesario el conocimiento de cada uno de nuestros hijos pues ello nos indicará qué es lo que debemos exigir en realidad. También, el propio conocimiento nos es de gran ayuda. Ya Sócrates decía: "Conócete a ti mismo".

Es importante observar cómo reaccionan nuestros hijos para comprender muchas de sus maneras de actuar. Para saber observar, tenemos que ofrecer mucho de nuestro tiempo al negocio más importante de nuestra vida: *la educación de los hijos*. Se trata de que sean responsables y se desarrollen correctamente, con seguridad y con el autodominio necesario para afrontar todas las circunstancias de su vida de forma positiva.

Dedicando tiempo y con observación y serenidad, no hablaremos a todos de la misma manera, ya que consideraremos que son personas únicas, irrepetibles y, por tanto, desiguales. Es una equivocación creer que los padres tienen que educar a todos los hijos de la misma manera.

Al exigir es importante nunca colocar ninguna "etiqueta" a nadie porque todo es susceptible de mejora. Todas las personas tenemos capacidad para mejorar y rectificar, si estamos oportunamente motivadas.

Es muy importante saber no pedir ni más ni menos de lo que el niño puede dar, recordando que la meta aunque parezca muy poca cosa, si se cumple con constancia logrará conseguir el hábito del orden que es algo muy grande.

Existen tres elementos importantes para saber exigir: conocimiento, aceptación y mejora personal, que deberíamos aplicar a nosotros y a nuestros hijos.

Es de gran ayuda saber animar a los hijos cuando les exigimos algo y pedirles que hagan lo que pueden hacer para evitarles frustraciones y malos ratos.

Todas las dificultades de nuestros hijos las podemos mejorar con la empatía hacia ellos. Tenemos que tomar la resolución de tener una buena disposición para sentir lo que ellos sienten. No debemos pedir más de las responsabilidades que puedan asumir o bien al revés, no debemos sobreprotegerlos pues sólo lograríamos niños que tienden a la timidez por haberles dado más responsabilidades de las que podían asumir y que no eran adecuadas a su edad ni temperamento propiciando el quedar decepcionados por no poderlas cumplir.

Usemos la fórmula:

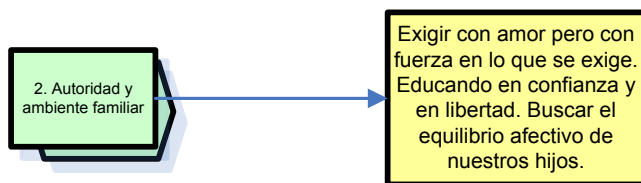
Esfuerzo en lo pequeño + constancia = hábito bueno.
"tender la cama + todos los días = NIÑO ORDENADO"

Por ello será necesario tener un sistema sencillo, donde todos los días se pueda calificar si se cumplió la pequeña meta o no: una cartulina en el cuarto del hijo; un cuaderno que tenga la mamá; poner una carita feliz o triste en alguna parte del cuarto del hijo, etc.

Consejo práctico:

- **Lo que le pedimos debe estar a su alcance.** Hay que asegurarse que aquello que le pedimos a un niño está realmente a su

alcance. No debemos perder de vista la etapa evolutiva en la que se encuentra el niño ni sus capacidades en relación con lo que le pedimos. No es adecuado pedirle a un niño de 2 años que se haga la cama cada día, ni tampoco proponerle a uno de 15 que apruebe todas las asignaturas el próximo trimestre si en el anterior lo ha suspendido casi todo. Vale la pena asegurarse que logrará lo que le proponemos ya que el éxito le animará a perseverar.



2.- Autoridad y ambiente familiar:

Se comprueba continuamente cómo un ambiente familiar frío, desconfiado, o excesivamente rígido, puede hacer que un hijo o una hija nunca lleguen a adquirir un sano equilibrio en su afectividad. Cuando a los hijos les faltan en su infancia y adolescencia modelos claros de lo que es el cariño, no aciertan a captarlo bien.

La convivencia familiar debe edificarse sobre un gran respeto por las personas: por el marido, por la mujer, por cada hijo, por el abuelo o la abuela si viven también allí.

Sería interesante examinar con qué cuidado tratamos a cada uno al exigir. Si hay la suficiente consideración con todos. Si hablamos a todos y de todos con respeto y cariño. Si actuamos con justicia y lealtad también en su ausencia, de forma que si el interesado estuviera presente, quedara agradecido por el modo en que se habla de él; y que si hablaran de nosotros y pudiéramos escucharlo, quedáramos también agradecidos.

Saber llevarse bien es más importante de lo que parece para poder exigir.

Para exigir hay que ser más afable en el trato, en cosas cuantificables y evaluables. No basta con quererse en general, en teoría: todos necesitamos palparlo en detalles.

Enumeremos algunos consejos prácticos sobre detalles de afabilidad para logra exigir con resultados positivos:

- esforzarse por ser delicado en el trato.
- acostumbrarse a no mandar sin razones, a no hablar en tono dogmático (procurando poner delante un “me parece que” o un “quizás”).
- aprender a no emberrincharse por cosas que no tienen importancia.
- estar asequibles y facilitar a los hijos que hablen con nosotros, a solas si es preciso: hay muchos problemas que no se resuelven simplemente porque no se hablan en su momento.
- hacer que sea natural prestar pequeños servicios a los demás, y que nadie se sienta humillado por tener que hacerlos (para ello tienen que ir por delante los padres).
- aprender a reprender o a denegar un permiso sin ponerse antipático (ponte en su lugar y piensa cómo querrías que te lo dijeran a ti).
- saber algo de esas cosas que interesan a los hijos (de música, de la liga de fútbol, o de lo que sea), para facilitar el trato con ellos.
- ojo con las bromas: tienen que hacer gracia al sujeto paciente y no sólo al público presente; por eso es mejor no decir lo primero que se nos ocurre, y tampoco insistir demasiado en nuestras gracias: déjalas cuando veas que su risa comienza a ser un poco forzada, porque la ironía hiere y sus heridas son profundas.

La amistad entre padres e hijos se puede conjugar perfectamente con la autoridad que requiere la educación.

Es preciso crear un clima de gran confianza y de libertad, aun a riesgo de que alguna vez seamos engañados. Más vale que luego ellos mismos se avergüencen de haber abusado de esa confianza y se corrijan.

En cambio, cuando falta un mínimo de libertad, la familia se puede convertir en una auténtica escuela de la simulación.

Los hijos tienen que entender que, nos guste o no, todos obedecemos. En cualquier colectivo, las relaciones humanas implican vínculos y dependencias, y eso es inevitable. No pueden engañarse con ensueños de rebeldía infantil.

Pero, de todas formas, piensa si quizá les cuesta mucho obedecer porque tú no sabes mandar sin imperar. No olvides que hay muchos detalles que hacen más fácil y grata la obediencia:

Por ejemplo:

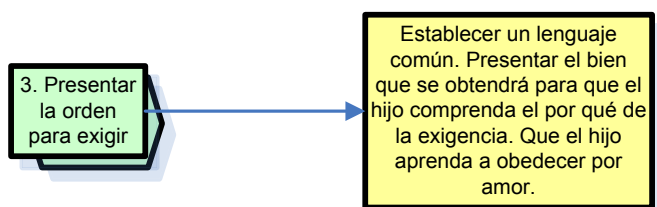
- Exígete en los mismos puntos en que aconsejas, mandas o corriges. Es muy duro, si no, escucharte luego que tienen que ser humildes, pacientes y ordenados, si tú no vas por delante con el ejemplo.
- Manda con afán de servir, sin dar la sensación de que lo haces por comodidad personal. Que vean que te molesta tú primero. Muchas veces así ellos entenderán, sin necesidad de que nadie se lo diga, que deben hacer lo mismo.
- No exhibas demasiado la autoridad. No des lugar al temor o a la prevención.
- Procura saber lo que hiere a cada uno, para evitarlo delicadamente si es preciso. Sé comprensivo y sé muy humano. Aprende a disculpar. No te escandalices tontamente, pues supone casi siempre falta de conocimiento propio.
- Habla con llaneza y sin apasionamiento, sin exagerar, procurando ser objetivo. Aprende a discernir lo normal de lo preocupante o grave.
- Habla con claridad, a la cara. No seas blando, pero tampoco cortante.
- Sé positivo al juzgar y pon en primer término las buenas cualidades, antes de ver los defectos, y sin exagerarlos.
- No quieras fiscalizarlo todo. No quieras uniformarlo todo. Ama la diversidad en la familia. Inculca amor a la libertad, y ama el pluralismo como un bien.
- Respeta la intimidad de tus hijos, sus cosas, su armario, su mesa de estudio, su correspondencia. Y enséñales a respetar a los demás y su intimidad.
- No dejes que se prolonguen demasiado las situaciones de excesiva exigencia. Para ello, debes estar atento a la salud y al descanso para que nadie llegue al agotamiento psíquico o físico. Debes extremar los cuidados a los más necesitados (no todos los hijos son iguales), para evitar que tomen cuerpo las crisis de crecimiento o de madurez.

Cuidar el ambiente familiar.

Es importante tener en cuenta que:

· El clima emocional del hogar: crecer en una casa donde no hay gritos y llantos constantes es absolutamente diferente a crecer en un espacio donde hay una perpetua guerra de poder entre quienes viven allí. En el primer caso, la familia instala al niño en una realidad placentera y él va consolidando su identidad en un clima emocional estable; en el otro caso, los adultos prácticamente lo arrojan a un mundo adverso, donde él crece con un sinnúmero de inseguridades.

La manera de comunicarse de su familia: si el niño aprende que, pase lo que pase, cuenta con la confianza de sus padres, se sentirá siempre bien. Aquí no vale decirle "ten confianza", hay que demostrarle con el lenguaje de los hechos que esto es cierto.



3.- Presentar la orden para exigir.

Es importante que los padres, explicando siempre los motivos de sus decisiones, indiquen a los niños lo que deben hacer o evitar, no dejando por comodidad caer en el olvido sus órdenes, ni permitiendo que los niños se les opongan abiertamente.

Como consecuencia, un criterio básico en la educación del hogar es que deben existir muy pocas normas y muy fundamentales y nunca arbitrarias, lograr que siempre se cumplan... y dejar una enorme libertad en todo lo opinable, aun cuando las preferencias de los hijos no coincidan con las nuestras: ¡ellos gozan de todo el «derecho» a llegar a ser aquello a lo que están llamados... y nosotros no tenemos ninguno a convertirlos en una réplica de nuestro propio yo!

A veces, sin embargo, se prohíbe algo sin saber bien por qué, qué es lo que encierra de malo, sólo por impulso, por las ganas de estar tranquilos

o porque uno se siente nervioso y todo le molesta. Se compromete así la propia autoridad sin que sea necesario, abusando de ella... y se desconcierta a los muchachos, que no saben por qué hoy está vedado lo que ayer se veía con buenos ojos.

Cualquier niño sano tiene necesidad de movimiento, de juego inventivo y de libertad. Interviniendo de manera continua e irrazonable se acaba por hacer de la autoridad algo insufrible. Como aquella madre de la que se cuenta que decía a la niñera: «Ve al cuarto de los niños a ver que están haciendo... y prohíbeselo».

Por otro lado, la convicción del niño de que nunca hará desistir a los padres de las órdenes impartidas posee una extraordinaria eficacia, y ayuda enormemente a calmar las rabietas o a que no lleguen a producirse.

(Lo más opuesto a esto es repetir veinte veces la misma orden —lávate los dientes, dúchate, vete ya a dormir...— sin exigir que se cumpla de inmediato: provoca un enorme desgaste psíquico, tal vez sobre todo a las madres, que suelen pasar mayor parte del día bregando con los niños, al tiempo que disminuye o elimina la propia autoridad).

Vale asimismo la pena estar atentos al modo como se da una indicación. Quien ordena secamente o alzando sin motivo el volumen de la voz deja siempre traslucir nerviosismo y poca seguridad. Un tono amenazador suscita con razón reacciones negativas y oposiciones. Demos las órdenes o, mejor, pidamos por favor, con actitud serena y confiando claramente en que vamos a ser obedecidos.

Reservemos los mandatos estrictos para las cosas muy importantes. Para las demás peticiones resultará preferible utilizar una forma más blanda: «¿serías tan amable de...?», «¿podrías, por favor...?», «¿hay alguno que sepa hacer esto?». De este modo, se estimulará a los críos para que realicen elecciones libres y responsables, y se les dará la ocasión de actuar con autonomía e inventiva, de sentirse útiles... y experimentar la satisfacción de tener contentos a sus padres.

A veces es necesario pedir al hijo un esfuerzo mayor del acostumbrado; convendrá entonces crear un clima favorable.

Si, por ejemplo, sabes que tu cónyuge está particularmente cansado o lo atenaza una jaqueca insufrible, hablas a solas con el niño y le diréis: «Mamá (o papá) tiene un fuerte dolor de cabeza; por eso, esta tarde te pido un empeño especial para hacer el menos ruido posible...».

Quizá sea oportuno darle una ocupación, y dirigirle una mirada cariñosa o una caricia, de vez en cuando, para recompensar sus desvelos... sin olvidar que en este, como en los restantes casos, hay que arreglárselas para que el niño cumpla su obligación.

Firmeza, por tanto, para exigir la conducta adecuada, pero dulzura extrema en el modo de sugerirla o reclamarla. La firmeza debe de contener el que la orden haya quedado clara, que el niño haya entendido qué hacer.

Es importante enseñar a los hijos obedecer dócilmente, pero con inteligencia, con amor y sentido de responsabilidad. Que sepan que la obediencia es por amor al igual que quien exige, exige por amor. Y los padres aprender a mandar poniendo siempre mucho amor.

Las **estrategias más recomendables para conseguir la obediencia** son básicamente cuatro:

1. **Informar** a nuestro hijo acerca de lo que esperamos que haga, cómo debe hacerlo y en qué condiciones. No basta, por ejemplo, decir a nuestra hija de seis años que se ha de portar bien cuando vamos a comer a casa de los tíos. Deberíamos concretar que esperamos que use los cubiertos correctamente y que no se queje de la comida. Y si no le gusta la comida, le podemos ofrecer la alternativa de que pida que le pongan poco.
2. **Motivarlo** para que se esfuerce por comportarse como le indicamos. Podemos exponerle aquellas razones que le hagan ver que lo que proponemos, es interesante para él, ya sea porque le reporta alguna ventaja a medio plazo, porque con ello nos complacerá o por qué no hacerlo así le perjudicará de alguna manera.
3. **Comprobar** que ha hecho lo que esperábamos que hiciera. No dar por supuesto que lo hará. Nada hay más desmotivador para nuestros hijos que nuestra falta de atención por sus logros o reveses. No comprobar si lo ha hecho bien significará afirmar que aquello no era muy importante o que él mismo no es muy importante.
4. **Valorar** su conducta, es decir, decirle si lo ha hecho bien y demostrar aprecio y agrado por el esfuerzo realizado. Y, en caso de fracaso, mostrar desaprobación por la conducta aunque no desprecio hacia él. No descartamos los premios o los castigos siempre y cuando sean proporcionados y ajustados al hecho que se quiere alabar o reprender.

Recomendaciones.

- **Exigir pocas cosas y suficientemente espaciadas en el tiempo.** Conviene exigir pocas cosas a la vez. Da verdadero vértigo escuchar seguidas todas las indicaciones y mandatos que reciben algunos niños a lo largo de una jornada. Nos gustaría que todo lo hicieran bien y que no se descuidaran en nada. Pero la mayoría de veces, a fuerza de exigir demasiadas cosas a la vez, no conseguimos nada.
- Nuestra **exigencia debe ser**, valga la expresión, "**acolchada**". No es necesario hacerla más difícil de lo razonable. Nuestros hijos no

son, al menos aún no, unos héroes. Que hagan lo que tienen que hacer, sin "rebajas" ni vanas compasiones, pero tampoco más.

- **Debemos mostrar que confiamos en él.** Si demostramos que confiamos en que hará lo que le hemos pedido seguramente lo hará lo mejor que pueda. Es mucho más difícil traicionar la confianza que confirmar la desconfianza. Vale la pena confiar en su palabra. Y si aún y así desobedece, darle una oportunidad, buscar algo positivo que decirle, como que tenéis confianza en que cambiará, o que seguramente es un descuido pero que no quería hacerlo así de mal.
- **Decir las cosas con seguridad.** Es importante transmitir seguridad a la hora de pedir algo, tanto a través de nuestras palabras como a través de los gestos. El grado de seguridad que tu hijo perciba en lo que le dices, le frenará o le incitará más a desobedecer. Por eso es mejor decir:
 - *Dentro de diez minutos será hora de que te pongas a hacer los deberes* - dicho sin insistir y continuando con lo que estábamos haciendo, que decir:
 - *¿Te irás a hacer los deberes a las seis?*
- **No dar órdenes imperativas ni acompañarlas con ningún gesto o contacto físico amenazante.** Este tipo de órdenes provoca reacciones de total oposición en el niño.
- **No usar amenazas vanas o premios inalcanzables.** Nunca prometer aquello que no se puede cumplir. No hay nada que estimule más la desobediencia de un niño que un castigo que no se cumple o un premio que no se alcanza. Los castigos o premios propuestos han de ser razonables, proporcionados y posibles. En todo caso, si por error o por falta de autocontrol, hemos amenazado con algo que no es razonable, debemos explicarle las razones por las que hemos decidido cambiar el castigo por otro más razonable. Cuando sea necesario reprenderle, es muy eficaz **mostrar disgusto, pero no ira.**
- **No perder la calma.** Es fundamental, aunque requiere cierto entrenamiento, no perder la calma ante las palabras o los hechos de nuestros hijos. La falta de compostura, la pérdida del autodomínio y los gritos nos ponen en ridículo, y con ello, nuestra autoridad se derrumba, especialmente si estamos tratando con adolescentes.

Si nuestros hijos nos desobedecen qué podemos hacer:

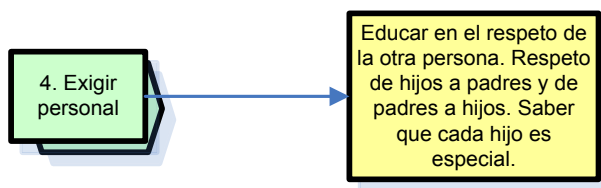
Antes de que nuestro hijo nos desobedezca:

- En lugar de ordenar o preguntar, ofrecer dos alternativas para que pueda escoger.
- Dar un número racional de indicaciones y procurar no darle demasiadas instrucciones a la vez.
- La instrucción debe ser simple (utilizando pocas palabras), específica, comprensible y razonable teniendo en cuenta la edad de nuestro hijo.
- Al hacer la petición, ponernos a la altura de nuestro hijo para mirarle a los ojos. Utilizar un tono de voz agradable.
- Explicar los motivos de la indicación que le estamos haciendo, utilizando un vocabulario apropiado para la edad de nuestro hijo.
- Permitir que nuestro hijo participe en la creación de las reglas que él debe obedecer, y en las consecuencias que seguirán a la obediencia y a la desobediencia.
- Para motivarlo a que obedezca en las tareas que más le cuesta, comunicarle que le daremos un privilegio cuando termine la tarea propuesta. También podemos utilizar la economía de fichas para niños menores de 10 años. Para los mayores, utilizar el sistema de puntos.
- Alabar y elogiar la obediencia.
- Informar a nuestro hijo de que, cada vez que no realice aquello que le pedimos, le retiraremos un privilegio (especificar cuál).

En el momento en que nos desobedece:

- Mantener la calma. Puede ser útil respirar hondo.
- Después de dar la indicación, contar hasta cinco en voz alta.
- Si en este tiempo no ha comenzado a cumplir con el mandato, sin gritar ni discutir con él, retirarle los privilegios que habíamos establecido de antemano.
- Si nos da una excusa como explicación de su desobediencia, utilizar la expresión "de todos modos": "Sé que estás muy a gusto en el sofá, de todos modos, es hora de hacer los deberes".
- Ignorar las protestas y berrinches.

- Si lleva a cabo un comportamiento peligroso para él o para los demás, le diremos "¡no!" o "¡basta!" con expresión de enfado y si es necesario, frenaremos físicamente la acción que está realizando.



4. Exigir personal.

Cada persona tiene el derecho de ser tratado y querido por los demás por lo que es. Todos somos iguales por ser personas. Por otra parte, cada uno cuenta con una condición y con unas circunstancias peculiares y esto hará a los demás respetarles de un modo diferente. En la exigencia debemos de tomar en cuenta que exigir en primer lugar es personal, esto significa que estamos exigiendo a personas distintas entre sí pero con igual dignidad. Por lo que la exigencia tendrá que ser ante todo con respeto.

Ser autoridad conlleva **no sólo tener poder para mandar a otros**, sino también una **capacidad coercitiva**.

El **primer requisito** para tener autoridad es **ejercerla día a día**. Como cualquier actividad, si no se practica se pierde. Los padres hemos de tomar decisiones diarias que ayuden a nuestro hijo a respetar los límites naturales, que le ayuden a madurar como persona. La permisividad y el "dejar hacer" son enemigos de la autoridad que ayuda a crecer.

En **segundo lugar** es necesario **huir del autoritarismo**, consistente en el ejercicio del poder de modo injusto, inútil y cuando no se debe. En **tercer lugar**, para tener autoridad es preciso **tener prestigio**. Una

persona tiene prestigio cuando se le reconoce una habilidad o cualidad determinada. El prestigio de los padres ante los hijos no depende ni del dinero que ganan, ni del coche que tienen, ni de la práctica de un deporte, ni tan siquiera del cargo que ocupan, sino que depende de tres factores fundamentales:

1. Del modo de **ser de la persona**: generosa, serena, optimista, humilde, generosa,...
2. Del modo de **trabajar**: el hijo exige de sus padres un trabajo de calidad y un comportamiento honrado en su actividad laboral.
3. Del modo de **tratar a los demás**: Tanto a la familia como a los amigos y compañeros, o a la sociedad en general.

Por último, no hay autoridad sin respeto fundamentado en la integridad, la sinceridad y la empatía con el prójimo, nunca en el miedo y en la imposición. Por ello cuando les hablamos con altivez nuestros hijos se sienten humillados o cuando les avergonzamos (a veces en público) o cuando les damos órdenes incomprensibles a sus ojos. **Actuar así es la mejor manera de empezar a levantar barreras que dificultarán nuestro entendimiento con ellos, por que no les respetamos.** En cambio, si les tratamos con el mismo respeto que a cualquier persona, les ayudamos a sentirse tan importantes como los adultos, dignos de la misma consideración y favorecemos una comunicación fluida entre nosotros y ellos.

Respetar es tratar a alguien con la debida consideración.

El respeto que les tenemos a los hijos se manifiesta en **la calidad del trato que les otorgamos y en la atención que ponemos en tratar de no invadir sin permiso sus espacios de autonomía.** No es lo mismo, por ejemplo:

- Supongo que esta mañana no has podido dejar ordenado tu cuarto. Me gustaría que lo hicieras ahora.
- Eres un cochino, siempre lo dejas todo de cualquier manera! Haz el favor de ordenar tu cuarto.

Las ventajas educativas de tratar a los hijos con el debido respeto son decisivas. Si nuestra relación con ellos no se basa en la **consideración**, se vuelve imposible llevar a cabo una acción educativa eficaz, y la convivencia, a medida que se van haciendo mayores, resultará dificultosa.

Cuando los hijos reciben un **trato considerado**, reaccionan con **actitudes de colaboración.** Pronunciar una frase amable para pedirles alguna cosa en vez de una orden autoritaria y cargada de reproches genera en ellos sentimientos de agradecimiento que les animan a

identificarse y colaborar con la persona que no manda, sino que pide, recuerda, sugiere.

No es magia: al igual que los adultos, los niños responden según los estímulos que reciben, se adaptan al trato recibido.

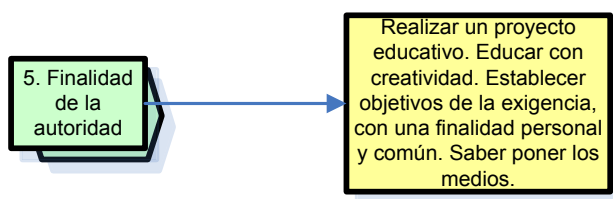
Cuando reciben un **trato desconsiderado o irrespetuoso**, acaban por asumir **conductas irrespetuosas, negativas e incluso agresivas**. Al sentirse maltratado, el niño no puede por menos que sentir aversión hacia aquellos que le tratan mal, que no tienen en cuenta su dignidad. Y con esos sentimientos como cojín de su voluntad, es difícil que tenga ganas de seguir las indicaciones que ha recibido. Al contrario, es probable que por despecho, tenga ganas de desobedecer.

Cómo respetar a nuestros hijos:

- Hablar con amabilidad, sin expresiones groseras. Evitar los gritos y el crear mala atmósfera en casa.
- Usar las fórmulas de cortesía para saludarles, pedirles favores o darles las gracias y pedirles disculpas cuando nos equivoquemos.
- Felicitarlos por sus logros y advertirles de sus errores en privado, nunca en público.
- Pensar bien de ellos y darles oportunidades de rectificar.
- Escucharles con atención, interesarnos por sus cosas y respetar sus gustos, sus amistades, etc.
- Mantener siempre los compromisos y ser puntuales cuando nos esperen.

Para que los hijos respeten hay que:

- 1) Enseñarles que cada uno es diferente y, por tanto, hay que tratarles de un modo distinto.
- 2) Enseñarles a reconocer a cada uno por lo que es, sin «clasificarles». Y como consecuencia:
 - 2.1) Enseñarles a comportarse de tal modo que no provoquen disgustos para los demás, apropiándose de sus bienes indebidamente, tratándoles con poca consideración, etc.
 - 2.2) Enseñarles a no criticar a los demás.
 - 2.3) Enseñarles a actuar positivamente a favor de los demás.
 - 2.4) Enseñarles a buscar lo positivo en los demás.
 - 2.5) Enseñarles a agradecer los esfuerzos de los demás en su favor.



5.- Finalidad de la autoridad.

Se debe educar actuando con objetivos concretos dirigidos a la adquisición de hábitos. La mayoría de los padres pierden mucho tiempo y fuerzas en eliminar problemas inmediatos; resolver un problema de un hijo no es educarlo, así no se adquieren valores que configuren una personalidad. Educar es mucho más que reaccionar a esas dificultades. Una buena educación se basa en el amor y en la alegría: es el modo de conseguir que los hijos escuchen y obedezcan. También se considera esencial la coherencia, el ejemplo de los padres, como elemento de autoridad. Los padres determinan qué valores son más necesarios para sus hijos y ponen su creatividad a trabajar: deciden cómo enseñarles a ser solidarios, a ser ordenados...

El objetivo o finalidad de la autoridad:

Toda autoridad es un poder para llevar a cabo una misión. Mira hacia un objetivo; se pregunta para qué existe, como autoridad y por qué se exige. Autoridad viene de *auctor* (latín) y *auctor* viene del verbo *augere* que significa dar crecimiento. No se tiene autoridad para detentar el poder por sí mismo. Se trata de ayudar a crecer. El concepto de autoridad se identifica pues con el de servicio.

El crecimiento humano es complejo. Se pueden proporcionar tres niveles de desarrollo:

- a) Dar conocimientos, adiestramientos físicos, artísticos, intelectuales y técnicos. Es el NIVEL DE PREPARACIÓN (que mi hijo tenga una buena preparación). Para ello la familia acude a las instituciones educativas.
- b) Fomentar la seguridad en sí mismo, sociabilidad, equilibrio. Es el NIVEL DEL CARÁCTER (que mi hijo tenga buen carácter).
- c) Promover el sentido de la vida, la responsabilidad moral. Es el NIVEL ÉTICO (que mi hijo sea buena persona).

El niño no es un objeto. No se le estira para que crezca. No se le dicta el crecimiento; sería un autoritarismo excesivo y un fracaso. El que educa no impone el crecimiento ni la madurez. Al niño se le ayuda, se le anima, se le proporcionan las condiciones, el medio ambiente; como a la planta se le proporciona la tierra, el agua, el abono... Tampoco se trata de dejar hacer, que sería el extremo contrario del autoritarismo.

Es muy importante saber exigir para que el niño crezca.

Saber exigir con objetivos:

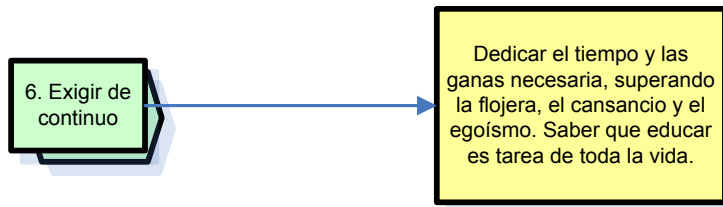
Mandar es dar órdenes, exigir es conseguir que obedezcan las normas, nuestras indicaciones razonables o sus propias decisiones.

La exigencia es una disciplina externa que proponemos o acordamos con nuestro hijo con la finalidad de que se transforme en autoexigencia. Si la exigencia es coherente y estable crea en ellos una sensación de seguridad a la vez que les ayuda a desarrollar determinados hábitos y costumbres que les permitirán enfrentarse a nuevos retos. Por otro lado, si nuestras propuestas van acompañadas de razones, desarrollan aquellas facultades intelectuales que tienen que ver con el pensamiento consecuencial y causal. Es importante dar preferencia a la exigencia en conductas relacionadas con su trabajo (fundamentalmente los estudios), con la convivencia, con el desarrollo de virtudes personales (reciedumbre, prudencia, sobriedad...) y de buenos hábitos.

Consejos prácticos:

- Procurar **dar más de una razón** que justifique nuestras exigencias. Que hagan referencia al futuro, a los sentimientos, a los valores...
- Acordar entre la pareja tres o cuatro cosas que exigir a cada hijo con **constancia**. Cuando alguna esté afianzada, incorporar otra.

- Escoger formas de expresión a través de las cuales transmitamos **seguridad y confianza** en el niño (sé que lo harás muy bien, confío en que recordarás, etc.). Nuestra confianza también le ayudará a obedecer.
- **No repetir** las indicaciones o mandatos una y otra vez.
- Si ves que tu paciencia se agota ante determinada situación, es mejor que intentes **apartar el asunto**, distraerte con algo, y dejar la resolución del problema para más tarde.
- Cuando le propongas algo nuevo a tu hijo, **pregúntale si cree que podrá hacerlo** o si necesita ayuda.
- En el momento de **valorar lo exigido**, empieza primero resaltando algún detalle positivo (si lo hay), luego expresa los sentimientos que te produce su logro o fracaso (nunca calificarlo de descuidado, perezoso, vago... Es mejor decirle: "*Me preocupa que te descuides a veces*" o "*No puedo evitar ponerme nervioso cuando veo que no has acabado por falta de constancia*"), y finalmente acordar con él nuevos retos.



6.- Exigir de continuo

Desde luego la educación de los hijos requiere tiempo. Pero no mucho, sino todo (es una ventaja). Porque en todo momento, queramos o no, estamos enseñando cosas muy importantes a nuestros hijos, con nuestras actitudes y nuestro comportamiento ante las cosas más pequeñas de la vida cotidiana: tanto si los castigamos como si los mimamos o los divertimos; tanto si los miráramos con indiferencia como si lo hacemos con preocupación, siempre estamos enseñando, formando o... deformando. Cabe decir: en todo momento se nos ve el plumero, es decir, la escala de valores que llevamos dentro, en la cabeza y en el corazón.

Los hijos lo perciben todo: la mirada esquiva, la sonrisa irónica al otro lado de la habitación; no digamos ya un juicio inequívoco: "la vecina del quinto es insoportable", "qué desgracia, no nos ha tocado la lotería", etcétera.

Si el padre al llegar a casa nunca dice a su hijo más que "hola", para sumergirse acto continuo en "lo suyo", está enseñando al niño de un modo tan efectivo como si se preocupara intensamente de él y le consagrara varias horas al día. Lo malo es que en ese caso, la enseñanza es negativa y deformante. Se le ve al padre la pobre idea que padece de paternidad, de filiación, de familia y de todo lo humano y lo divino. No hay que olvidar que es toda la persona del padre que educa a toda la persona del hijo.

En numerosas familias, **la autoridad de los padres se ha debilitado**. Muchos padres no consiguen poner límites a los horarios de sus hijos, a los tipos de diversiones, a las demandas consumistas, a su desidia en los estudios, a sus malos modales... **Pero buscar las causas y las soluciones fuera de la familia, no sirve de nada**. La educación es algo que se hace todo el día y todos los días. La solución a esta crisis de autoridad debemos buscarla en el interior de la familia y, sobretodo, en cómo nosotros, los padres, la estamos ejerciendo.

La autoridad de los padres será eficaz en calidad si reúne ciertas condiciones:

1. Que exista **consenso** entre el padre y la madre.
2. Que se ejerza de **modo participativo** y se sepa llegar a acuerdos.
3. Que persiga como fin la **educación** de los hijos y su **autonomía**.
4. Que sea **coherente** con la conducta de los propios padres.
5. Que se apoye en **valores** y **normas estables**.
6. Que se traduzca en **hechos**.

La no existencia de alguna de estas condiciones puede ser la causa real de la crisis de nuestra autoridad como padres. En la medida que consigamos cumplir mejor estas condiciones, nuestra autoridad podrá recuperarse o fortalecerse. **Lo mejor es empezar a ejercer una autoridad positiva de continuo, cuando nuestros hijos son pequeños. Pero si no ha sido así, todavía estamos a tiempo. Cuanto antes cambiemos algo y mejoremos, tanto mejor.**

1. **El consenso en la pareja.** Que la pareja debe estar de acuerdo en relación con los objetivos y los medios educativos es algo que resulta evidente aunque a veces no es fácil de llevar a cabo. La responsabilidad como educadores, y por tanto la autoridad, es tanto del padre como de la madre, y sólo el acuerdo entre ambos permitirá progresar correctamente en la educación de nuestros hijos. Se necesitará el intercambio constante de información entre la pareja sobre nuestros hijos, sobre cómo podemos ayudarles, las normas que estableceremos, los estímulos que les proponemos... Es bueno que los padres lleguen a un acuerdo antes de plantearlo a sus hijos. Y aunque a veces resulte difícil llegar los dos a un mismo punto deben pensar que esta dificultad también es una ventaja, ya que en el momento de observar y saber de los hijos, verán mejor con cuatro ojos que con dos. No perder de vista que pueden ayudarlos y que debes apoyarlos.
2. **La autoridad debe ejercerse de forma participativa.** Los padres no debemos imponer nada a nuestros hijos de manera despótica. Debemos proponer alternativas u opciones entre las que escoger y dejar que nuestros hijos participen en la toma de decisiones. Si somos respetuosos con nuestros hijos ellos también lo serán con nosotros. Mientras que si nos comportamos de una manera demasiado exigente mandando y obligando en lugar de sugerir y proponer, sólo conseguiremos desobediencia, indisciplina y rebeldía.
3. **Los padres deben buscar la felicidad de los hijos y potenciar su autonomía.** No debemos pedir o mandar cosas a nuestros hijos para nuestra comodidad o para nuestro propio o exclusivo beneficio. Sólo en la medida en que nuestros hijos reconozcan que las normas que establecemos y las cosas que les mandemos son para su propio beneficio e interés, nos aceptarán como

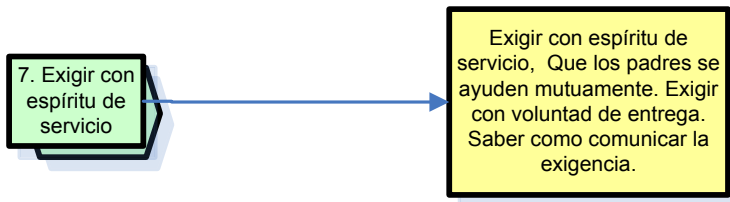
autoridad. La autoridad-servicio produce necesariamente la autoridad-prestigio.

4. **La autoridad no debe ser aleatoria, debe apoyarse en valores y normas estables.** Nada hay más destructivo que los cambios de actitud de los padres en lo que respecta a lo que es bueno o malo, lo que hay que hacer y lo que no, lo que es importante y lo que no lo es. Mandar o exigir cosas según el propio estado de ánimo o según las circunstancias es una manera muy eficaz de conseguir que perdamos autoridad sobre nuestros hijos. Si ellos observan que tus exigencias no responden a otra cosa que a tu cansancio, malhumor, etc. no se verán obligados a obedecer ni entenderán por qué deben hacerlo: "Total, espero a que se le pase el enfado y ya está".
5. **La conducta de los propios padres debe ser coherente.** Los padres deben predicar con el ejemplo. Los modos de conducta incoherentes o falsos generan sencillamente rebeldía. La siguiente escena es muy significativa: "¿Quieres dejar de gritar como salvaje maleducadooooooooo?" -Grita con todas sus fuerzas la madre a sus hijos, que están inmersos en un gran alboroto.
6. **La autoridad debe traducirse en hechos.** La autoridad, además de tenerla, hay que ejercerla. Hay que tomar decisiones sobre lo que deseamos para nuestros hijos y sobre las ayudas que necesitan. Establecer, con su colaboración, las normas que revestirán el ambiente de nuestra casa. Velar por el cumplimiento de las normas establecidas y detectar los problemas de los hijos. Exigirles que cumplan su cometido y sancionar su conducta de manera positiva o negativa para ayudarles a desarrollar su propia conciencia. Necesitamos dedicación y empeño, pero nuestra autoridad para con los hijos la encontraremos en su ejercicio

Consejos prácticos:

- Procurar no discutir delante de tus hijos con relación a temas que atañan a éstos. Hacerlo en privado.
- No desautorizar a la pareja. Cuando nuestro hijo o hija nos pida permiso para hacer algo o alguna concesión especial, contestarle que lo decidirás después de hablarlo con tu pareja.
- Cuando pidamos a nuestros hijos que ayuden o hagan algún servicio que no forme parte de sus tareas habituales, hay que hacerlo mientras nosotros también colaboremos en algo, no mientras nosotros permanecemos cómodamente tumbados.

- Si no las hay, establecer algunas normas en vuestra casa: horarios de comidas, maneras de mantener las habitaciones ordenadas, reparto de tareas domésticas, formas de expresión admisibles. Que no sean muchas, pero que estén claras.
- Siempre que mandes alguna cosa a tus hijos, hazlo explicando a continuación las razones por las que lo pides. Tu hijo debe comprenderlo y asumir aquello como propio.
- Pedir la opinión a tus hijos sobre las cosas que les atañen. Tener en cuenta sus opiniones.
- Dar ejemplo haciendo pequeños servicios a los demás.
- Utilizar el "no" sin complejos. En ocasiones se llega a perder el control de los hijos por no usar el no. Es recomendable que no siempre obtengan lo que quieren y que hayan de renunciar a algo.



7. Exigir con espíritu de servicio

La intención del servicio que brindamos los padres a los hijos tiene que ver con la intencionalidad o la finalidad de nuestra autoridad y de nuestras relaciones en general. Los padres debemos buscar la felicidad de nuestros hijos y ayudarles para que su vida sea más agradable y más plena. Nunca debemos utilizar nuestra autoridad para aprovecharnos de nuestros hijos ni vivirla como un privilegio o una ventaja que tenemos sobre ellos.

El ideal sería que los padres y las madres nos esforzáramos por brindar a nuestros hijos las condiciones favorables para su desarrollo integral, empezando por crear un hogar estable en el que puedan crecer seguros y felices. La autoridad en la familia ha de ser un instrumento que empleemos para ayudar a los hijos a que sean mejores personas, para que se eduquen pensando, amando y decidiendo cada día mejor, para que los padres se ayuden mutuamente en la educación de sus hijos. Todo esto, dentro del verdadero amor que busca el bien de la persona que amamos. En este caso, los hijos.

La autoridad en la familia ha de ser un servicio generoso, amoroso y eficaz que los padres regalen a sus hijos. Por medio de la autoridad, los padres irán ayudando, poco a poco, a que los hijos sean mejores, a que logren la formación y vivencia de virtudes. No es para que los padres dominen, manden y exijan a los niños los caprichos que, como padres, puedan tener.

Quien realmente quiera tener autoridad con sus hijos y en la familia en general, se ha de convertir en el servidor de ellos. Querrá ayudarles a ser mejores por medio de su actuación como autoridad.

¿Por qué regañas a tu hijo? ¿Porque estás muy cansado y no quieres que te moleste? ¿Porque se equivocó— en la forma que le dijiste que barriera el patio? ¿Por qué? Esta es la pregunta que, como padres, nos hemos de hacer siempre que mandemos algo a nuestros hijos. ¿Por qué lo hago? ¿Busco su bien? ¿Deseo que sea mejor persona? Por tanto, la autoridad en la familia ha de ir inspirada por el cariño que tengas por tus hijos, por el verdadero amor que busca el bien de ellos, por el respeto a sus personas, por el dominio personal de tus enojos, flojera y egoísmo. Estará revestida de generosidad, pues debes esforzarte para vencer tus comodidades con tal de ayudar a que tu hijo sea mejor. Será, también, una autoridad adecuada según las

necesidades de cada uno de los miembros de la familia. No podrás exigir lo mismo a un niño que a una niña; a quien es flojo o mas inquieto, a quien es inteligente o a quien lo es menos.

Será un servicio entusiasta, incansable, con las ganas de colaborar en la mejora real del niño. ¿Cuántos papás creen que la autoridad en la familia es únicamente para mandar, para que cumplan lo que ellos quieren?

La intención del servicio que brindamos los padres a los hijos tiene que ver con la intencionalidad o la finalidad de nuestra autoridad y de nuestras relaciones en general. Los padres debemos buscar la felicidad de nuestros hijos y ayudarles para que su vida sea más agradable y más plena. Nunca debemos utilizar nuestra autoridad para aprovecharnos de nuestros hijos ni vivirla como un privilegio o una ventaja que tenemos sobre ellos.

El trato que brindamos a nuestros hijos y a nuestra pareja debe ser de calidad y positivo, es decir, agradable en las formas y constructivo en el contenido. Es frecuente que nuestros hijos escuchen de nuestros labios más críticas que halagos. No debería ser así. Debemos comentar todo lo bueno que tienen las personas que conviven con nosotros y todo lo positivo de sus acciones. También podemos y debemos comentar las cosas negativas, pero no debemos permitir que nuestro afán perfeccionista nos haga ver sólo los defectos que hay que mejorar. Pensemos que con ello podríamos lesionar gravemente uno de sus mejores recursos: su autoestima.

Son importantes la paciencia, la sensibilidad y la consideración con los demás. O la disposición a aprender de otros, que hace que actuar con clara conciencia de que no solemos tener todos los datos, ni todos los puntos de vista, ni todas las experiencias que pueden aportarnos los demás. O la aceptación de las personas como son, sin pretender que todos tengan los mismos gustos y preferencias que nosotros. O la corrección en el trato, ajena a actitudes habitualmente tensas o cortantes.

Hay personas que muestran una actitud agresiva porque quizá encuentran en ella una fuente de suficiencia personal, y están quizá orgullosos de su prepotencia, pues piensan que eso les proporciona autoridad y reconocimiento. Lamentablemente para ellos (y aunque a veces algunas corrientes culturales hayan valorado quizá demasiado los modelos agresivos y avasalladores), sus resultados a medio y largo plazo suelen ser penosos.

Eso no quiere decir que haya que menospreciar otros rasgos más activos, como por ejemplo la firmeza, que ha de ser compatible con todo lo anterior. La autoridad precisa de un juicioso equilibrio entre firmeza en la propia posición y mostrar un sincero respeto e interés por las valoraciones de los demás, sin juzgarlas precipitadamente. Se trata, en definitiva, de comprometerse en un proceso de buena

comunicación personal, de actitudes abiertas y al tiempo firmes y coherentes.

Otra característica importante es la confianza, que se manifiesta en la capacidad de dejar a los demás suficiente margen de decisión; o en la habilidad para elevar el grado de responsabilidad y adhesión con que los demás asumen las decisiones; o en la actitud que se toma cuando se advierten errores en los demás, que siempre habrá.

No puede faltar, en quien ostenta autoridad, un gran amor a la libertad, con el consiguiente respeto a los ámbitos de legítima autonomía personal de cada uno. Debe tener siempre presente que, en estos ámbitos, no goza de autoridad, y que la diversidad en esas cuestiones es un elemento positivo que no daña la autoridad ni la necesaria disciplina, y que debe ser respetada, sin caer en la tentación de imponer una uniformidad amorfa que ahogaría la libertad.

Aunque haya quedado para el final, otra cuestión básica es la integridad personal: honestidad, compromiso sincero de búsqueda del bien de los demás, veracidad, rectitud. Para las personas rectas, la vida no es tanto una carrera como cumplir con una misión. Y esto siempre lleva a orientar la vida hacia los demás. Porque todo intento de ser una persona equilibrada y honesta sin dar a la propia vida ese sentido de servicio, es un empeño imposible. Sólo ese sentido de ayuda a los demás, con sus responsabilidades subsiguientes, hace que la vida no acabe presentándose en conjunto ante nosotros como un esfuerzo vano y absurdo.

En muchos casos, el éxito de la autoridad ante un hijo de esta edad está más en cómo se manda que en lo que se manda. El modo de mandar es lo que hace que valore esa autoridad de los padres, más que la importancia de lo que dicen.

- Ejemplos.

Al proponerle que haga algo, no puede darse la sensación de mandar por comodidad personal y, mucho menos, con aire de señor feudal sobre sus siervos. Es bueno que vea que nos molestamos nosotros primero. Y como el ejemplo arrastra, aceptarán así mejor el mandato. Si ven que papá ayuda a mamá en las tareas domésticas, él entenderá que debe hacer lo mismo sin necesidad de que nadie se lo explique.

- Lo que mandemos ha de ser razonable. Y si es posible, que también lo parezca. A esta edad suelen ser muy razonables y un esfuerzo, un sacrificio incluso, será aceptado de buen grado si desde el principio se considera como una condición precisa para la buena marcha de algo (de la vida familiar, por ejemplo).

- Otra regla básica del ejercicio de la autoridad es no multiplicar las órdenes o prohibiciones. Y más aún si se tratara de exigencias casi imposibles de cumplir. No se puede, por ejemplo, pedirle a esta edad que esté callado y quietecito un rato largo, o que no juegue cuando con ello no molesta a nadie, o que esté estudiando sin levantar la vista durante tres horas seguidas. En estos años, el niño es todo movilidad, y necesita expansionarse, debemos comprender su exuberancia vital.

Algunos consejos para facilitar la autoridad:

1.- Tener unos objetivos claros de lo que pretendemos cuando educamos. Es la primera condición para no improvisar. Estos objetivos han de ser pocos, formulados y compartidos con la pareja.

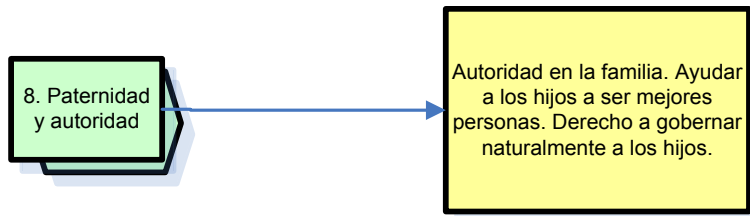
2.- Enseñar con claridad cosas concretas. No vale decirle: "pórtate bien" o "come bien" sino darle, con cariño, instrucciones concretas de cómo se coge el tenedor y el cuchillo, dándole el tiempo necesario para el aprendizaje.

3.- Valorar siempre sus esfuerzos por mejorar, resaltando lo que hace bien, más que lo negativo y, además, demostrándole confianza.

4- Dar ejemplo. Un padre no puede pedir a su hijo que tienda su cama si él no lo hace nunca.

5.- Huir de los discursos y sermones.

6.- Reconocer los errores propios, enseñando que los errores no son fracasos, sino equivocaciones.



8. paternidad y autoridad

Uno de los mayores desafíos que enfrentamos los padres actualmente es el de formar a los hijos en una familia en la cual la organización jerárquica, el ejercicio del poder, es muy distinta a aquella en que crecimos. Los días en los cuales los niños les obedecían a los adultos por el sólo hecho de ser mayores, por el sólo hecho de tener el poder, quedaron atrás.

En la actualidad, el concepto de democracia está presente también en las familias, en las que se pregona la igualdad de todos los miembros. La estructura de mando en la sociedad –y por ende en la familia- ya no es de superiores a inferiores, es decir, ya no es vertical y unidireccional, sino de igual a igual, horizontal. Esto significa que debemos ganarnos la autoridad, no sólo por ser personas dignas de admiración y respeto, sino porque debemos ser las más autorizadas e idóneas en el proceso de formación de nuestros hijos.

La pregunta es entonces si como padres somos una verdadera autoridad en la crianza de los niños y si les inspiramos confianza. No cabe duda de que los niños se dan cuenta cuando caemos en contradicciones, cuando usamos la imposición para defender nuestros puntos de vista, sin tener la autoridad moral de guiarlos como padres.

Como padres debemos conocer bien las etapas por las que atraviesa cada uno de nuestros hijos, saber lo que necesitan en cada uno de estos momentos, sus demandas físicas y mentales para que puedan tener un equilibrio mental, emocional y físico.

Este conocimiento de las necesidades y procesos que desarrollan nuestros hijos en cada etapa nos ayuda no sólo a brindarles una mejor orientación, sino que además nos permite estar preparados para sus necesidades y estar atentos a todo lo que reciben desde diversas fuentes. Por ejemplo, ¿qué sabemos acerca de la música y los programas radiales que escuchan? ¿Qué mensaje les están dejando sus contenidos? ¿Qué explicación podríamos darles a nuestros hijos acerca de la razón por la que las niñas están sufriendo de trastornos alimenticios y qué podemos hacer para que no sean víctimas de este problema? ¿Podemos orientarlos en lo que necesitan para establecer relaciones de pareja amables y duraderas? ¿Y sabemos cómo disciplinarlos para que

nos obedezcan por convicción y no por temor? Son múltiples las preguntas que se ciernen hoy entorno a la formación de los hijos.

Ser una autoridad implica también ser un ejemplo de todo lo que queremos ver en los hijos. Es importante revisar nuestras conductas y actitudes, y asegurarnos que con nuestro proceder les estamos enseñando a ser responsables, honestos, respetuosos, correctos, generosos. Sólo nuestra congruencia entre lo que decimos y hacemos como padres, profesionales y seres humanos les hará confiar en nosotros, y nos dará la credibilidad necesaria para ser una autoridad frente a nuestros hijos.

La fuerza de nuestra autoridad no está en el poder para someter a los hijos. Radica en la admiración que les inspiren nuestra conducta, confianza e idoneidad en el manejo de los asuntos que atañen a la familia, de tal manera que nos haga figuras dignas de escuchar y emular.

En relación con sus hijos, los padres pueden actuar en función de algún criterio o al azar, si eligen este último, su comportamiento será imprevisible: estarán influidos por el ánimo del momento, por el capricho o por el sentimiento. En consecuencia, difícilmente producirán una mejora en sus hijos.

En cambio, los padres que actúan de acuerdo con algún criterio, que deciden lo que quieren hacer y lo hacen, actuarán con un estilo personal y, seguramente, si su criterio es el adecuado, lograrán la mejora que se han propuesto.

Los padres que quieren educar a sus hijos, además de saber lo que significa "educación", necesitan establecer prioridades.

El peor error que puede cometer un padre es no saber si fracasó o no en la educación de sus hijos, porque no sabía lo que se proponía o no tenía intenciones definidas.

Algunos jóvenes piensan que la persona que sabe lo que quiere puede ejercer coacción sobre ellos. Por eso conviene aclararles que los términos del binomio ser-hacer son inseparables. Educamos a partir de lo que somos y de lo que hacemos. De un modo u otro, los padres siempre van a influir. Por ser la suya la mayor influencia, debe ser la mejor.

Los padres pueden mejorar la vida familiar persiguiendo objetivos de mayor calidad y en abundancia.

Es lógico que el padre o la madre se preocupen demasiado por los objetivos que se relacionan con la convivencia familiar, con los estudios y con la sociabilidad. Pero hay que procurar concretar estos objetivos para que exista una relación más estrecha entre la actividad circunstancial y lo que se pretende conseguir en las esferas mencionadas.

Se puede mejorar persiguiendo los mismos objetivos con mayor eficacia. La eficacia es importante porque consta de tres elementos; rendimiento, satisfacción y desarrollo personal.

El mejor rendimiento consiste en obtener los mejores resultados con menor esfuerzo y en menos tiempo.

En otras palabras, se está hablando de un trabajo bien hecho.

Si no se obtienen buenos resultados, puede disminuir la perseverancia del padre o de la madre. Precisamente por eso, la persona que se esfuerza requiere experimentar cierta satisfacción.

Quien educa debe estar convencido de que lo que hace vale la pena.

¿Qué se necesita para ser buena autoridad en la familia?

1. Necesitas apoyar siempre la autoridad del otro cónyuge. "Si tu madre lo dijo, esfuérate por obedecerla. Ella te quiere mucho". Y no decir al niño: "No le hagas caso. Ella no sabe nada" No caigas en esa postura. Cuida que el prestigio de tu cónyuge siempre esta apoyado por ti.

2. No tengas miedo de mandar, de ejercer la autoridad. Quien sirve a los demás, vive la felicidad en esta tierra.

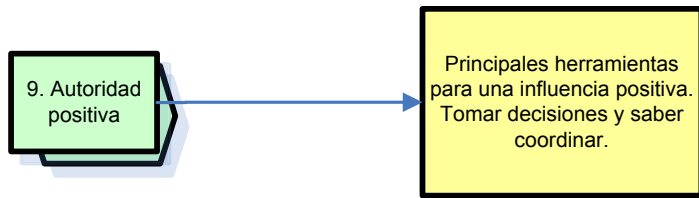
3. Esfuérate por dar buen ejemplo a tus hijos. Quien se esfuerza por ser ejemplo, tendrá el derecho de mandar. "Guarda tus zapatos en el ropero, Juanito". Él irá a hacerlo. Pero, tú ¿guardas tus zapatos en el tuyo?

4. Cada vez que ejerzas tu autoridad, des una orden o una indicación, dialoga con tus hijos. Explícales por que han de hacerlo. "Mira, Juanito. Hay que dejar los zapatos en el ropero para que nadie se vaya a tropezar con ellos en la noche. También, para que te acostumbres a guardar todo en su lugar, para que mañana los encuentres rápido y no pierdas el tiempo en buscarlos"

5. Comprende a cada uno de tus hijos. Para mandar a Juanito se necesita exigirle mucho, pues es muy distraído. En cambio, a Manuelito basta que se lo digas una vez. Sin embargo, con Juanito haz de tener muchísima paciencia. Con Manuelito menos. Cada quien necesita un servicio educativo diferente.

6. Mantén siempre la calma, la serenidad, el dominio personal. Nunca ejerzas tu autoridad en la familia si estás de mal humor, enojado o con un coraje. Eso te hará que no pienses bien. Lo mas probable es que puedas ofender a alguno de tus hijos. ¡Detente! ¡Serénate! ¡Respira hondo! ¡Tranquilízate! Cuando lo hayas hecho, entonces ahora sí, da la orden que se necesite.

7. Sé muy perseverante, no te rindas, continúa día a día. La autoridad hay que ejercerla siempre, sin desfallecer. El día que no lo hagas, se perderá todo lo que hayas logrado. "Paquito es muy enojón. Todos los días, unas seis o siete veces, le tengo que estar ayudando para que domine esos enojos. Pero ya me cansé. Llevo cinco meses haciéndolo. Lo voy a dejar en paz". Si así lo haces, Paquito empezara nuevamente a ser muy enojón y lo que hayas logrado, se perderá.



9.- Autoridad positiva

La autoridad positiva tiene que ver con la manera de ejercerla. Considero indiscutible que los padres deben saber cómo ejercer la autoridad. La autoridad es un derecho y una obligación que parte de nuestra responsabilidad como padres en la educación de nuestros hijos. Pero la autoridad sólo tendrá una función educativa correcta si se ejerce de manera persuasiva cuando los hijos son pequeños, y de manera participativa cuando ya sean mayores. Difícilmente serán educativos aquellos mandatos que no vayan precedidos de razones o que no hayan tenido en cuenta las opiniones y las circunstancias de los hijos

Actuaciones paternas y maternas, a veces llenas de buena voluntad, minan la propia autoridad y hacen que los niños primero y los adolescentes después no tengan un desarrollo equilibrado y feliz con la consiguiente angustia para los padres. El padre o la madre que primero reconoce **no saber qué hacer ante las conductas disruptivas** de su pequeño y que, después, siente que ha perdido a su hijo adolescente, no puede disfrutar de una buena calidad de vida, por muy bien que le vaya económica, laboral y socialmente, porque ha fracasado en el "negocio" más importante: la educación de sus hijos.

Características de la autoridad positiva y negativa

A) Autoridad negativa es la despótico, autoritaria, explotadora, que utiliza al súbdito. También es negativa la autoridad ineficaz, ignorante, desorganizada. Hay autoridades que coordinan, deciden, y lo hacen participativamente, pero no estimulan ni sirven. Hay autoridades que consuelan, ayudan y sirven, pero no saben tomar decisiones.

B) Autoridad positiva. Comprende varias fuentes de influencia:

a) Comunicación, diálogo con libertad para expresar y razonar valores, escuchar empáticamente (empatía es la escucha activa, desde el marco de referencia perceptual del otro).

b) Eficacia en la toma de decisiones (ejercicio equilibrado y eficiente

del poder).

c) Satisfacción en las relaciones humanas (actuar con consideración personal).

d) Servicio, mandar es servir. La autoridad positiva produce un ambiente de seguridad y libertad.

e) Influencia personal o modelo de identificación de aquellos valores y objetivos que promueve. La coherencia y el ejemplo. La capacidad de transmitir valores por el modo de ser y actuar.

Estos son los **principales errores** que, con más frecuencia, debilitan y disminuyen la autoridad de los padres:

- **La permisividad.** Es imposible educar sin intervenir. El niño, cuando nace, no tiene conciencia de lo que es bueno ni de lo que es malo. No sabe si se puede rayar en las paredes o no. Los adultos somos los que hemos de **decirle lo que está bien o lo que está mal**. El dejar que se ponga de pie encima del sofá porque es pequeño, por miedo a frustrarlo o por comodidad es el principio de una mala educación. Un hijo que hace "fechorías" y su padre no le corrige, piensa que es porque su padre ni lo estima ni lo valora. Los niños necesitan referentes y límites para crecer seguros y felices.
- **Ceder después de decir no.** Una vez que usted se ha decidido a actuar, la primera regla de oro a respetar es la del no. El no es innegociable. **Nunca se puede negociar el no**, y perdone que insista, pero es el error más frecuente y que más daño hace a los niños. Cuando usted vaya a decir no a su hijo, piénselo bien, porque no hay marcha atrás. Si usted le ha dicho a su hijo que hoy no verá la televisión, porque ayer estuvo más tiempo del que debía y no hizo los deberes, su hijo no puede ver la televisión aunque le pida de rodillas y por favor, con cara suplicante, llena de pena, otra oportunidad. Hay niños tan entrenados en esta parodia que podrían enseñar mucho a las estrellas del cine y del teatro.
En cambio, **el sí, sí se puede negociar**. Si usted piensa que el niño puede ver la televisión esa tarde, negocie con él qué programa y cuanto rato.
- **El autoritarismo.** Es el otro extremo del mismo palo que la permisividad. Es intentar que el niño/a haga todo lo que el padre quiere anulándole su personalidad. El autoritarismo sólo persigue **la obediencia por la obediencia**. Su objetivo no es una persona equilibrada y con capacidad de autodominio, sino hacer una persona sumisa, esclavo sin iniciativa, que haga todo lo que dice

el adulto. Es tan negativo para la educación como la permisividad.

- **Falta de coherencia.** Ya hemos dicho que los niños han de tener referentes y límites estables. Las reacciones del padre/madre han de ser siempre dentro de una misma línea ante los mismos hechos. Nuestro estado de ánimo ha de influir lo menos posible en la importancia que se da a los hechos. Si hoy está mal rayar en la pared, mañana, también. Igualmente es fundamental la **coherencia entre el padre y la madre**. Si el padre le dice a su hijo que se ha de comer con los cubiertos, la madre le ha de apoyar, y viceversa. No debe caer en la trampa de: "Déjalo que coma como quiera, lo importante es que coma".
- **Gritar. Perder los estribos.** A veces es difícil no perderlos. De hecho todo educador sincero reconoce haberlos perdido alguna vez en mayor o menor medida. Perder los estribos supone un abuso de la fuerza que conlleva una humillación y un deterioro de la autoestima para el niño. Además, a todo se acostumbra uno. El niño también a los gritos a los que cada vez hace menos caso: *Perro ladrador, poco mordedor*. Al final, para que el niño hiciera caso, habría que gritar tanto que ninguna garganta humana está concebida para alcanzar la potencia de grito necesaria para que el niño reaccionase. **Gritar conlleva un gran peligro inherente.** Cuando los gritos no dan resultado, la ira del adulto puede pasar fácilmente al insulto, la humillación e incluso los malos tratos psíquicos y físicos, lo cual es muy grave. Nunca debemos llegar a este extremo. Si los padres se sienten desbordados, deben pedir ayuda: tutores, psicólogos, escuelas de padres...
- **No cumplir las promesas ni las amenazas.** El niño aprende muy pronto que cuanto más promete o amenaza un padre/madre menos cumple lo que dicen. Cada promesa o amenaza no cumplida es un girón de autoridad que se queda por el camino. **Las promesas y amenazas deber ser realistas**, es decir fáciles de aplicar. Un día sin tele o sin salir, es posible. Un mes es imposible.
- **No negociar.** No negociar nunca implica rigidez e inflexibilidad. Supone **autoritarismo y abuso de poder**, y por lo tanto incomunicación. Un camino ideal para que en la adolescencia se rompan las relaciones entre los padres y los hijos.
- **No escuchar.** Una buena madre -hoy también podemos decir padre- es la que escucha a su hijo aunque esté hablando por teléfono. Muchos padres se quejan de que **sus hijos no los escuchan**. Y el problema es que ellos no han escuchado nunca a sus hijos. Los han juzgado, evaluado y les han dicho lo que habían de hacer, pero escuchar... nunca.
- **Exigir éxitos inmediatos.** Con frecuencia, los padres tienen poca paciencia con sus hijos. Querrían que fueran los mejores... ¡ya!. **Con los hijos olvidan que nadie ha nacido enseñado.** Y todo requiere un periodo de aprendizaje con sus correspondiente

errores. Esto que admiten en los demás no pueden soportarlo cuando se trata de sus hijos, en los que sólo ven las cosas negativas y que, lógicamente, "para que el niño aprenda" se las repiten una y otra vez.

Sin embargo, una vez que sabemos lo que hemos de evitar, algunos consejos y "trucos" sencillos pueden aligerar este problema, ofrecer un **desarrollo equilibrado a los hijos y proporcionar paz a las personas y al hogar**. Estos consejos sólo requieren, por un lado, el convencimiento - muy importante- de que son efectivos y, por otro, llevarlas a la práctica de manera constante y coherente.

Actuaciones concretas y positivas que ayudan a tener prestigio y autoridad positiva ante los hijos:

- Tener unos **objetivos claros** de lo que pretendemos cuando educamos. Es la primera condición sin la cual podemos dar muchos palos de ciego. Estos objetivos han de ser pocos, formulados y compartidos por la pareja, de tal manera que los dos se sientan comprometidos con el fin que persiguen. Requieren tiempo de comentario, incluso, a veces, papel y lápiz para precisarlos y no olvidarlos. Además deben revisarse si sospechamos que los hemos olvidado o ya se han quedado desfasados por la edad del niño o las circunstancias familiares.
- **Enseñar con claridad cosas concretas.** Al niño no le vale decir "sé bueno", "pórtate bien" o "come bien". Estas instrucciones generales no le dicen nada. Lo que sí le vale es darle con cariño instrucciones concretas de cómo se coge el tenedor y el cuchillo, por ejemplo.
- **Dar tiempo de aprendizaje.** Una vez hemos dado las instrucciones concretas y claras, las primeras veces que las pone en práctica, necesita atención y apoyo mediante ayudas verbales y físicas, si es necesario. Son cosas nuevas para él y requiere un tiempo y una práctica guiada.
- **Valorar siempre sus intentos y sus esfuerzos por mejorar,** resaltando lo que hace bien y pasando por alto lo que hace mal. Pensemos que lo que le sale mal no es por fastidiarnos, sino porque está en proceso de aprendizaje. Al niño, como al adulto, le encanta tener éxito y que se lo reconozcan.
- **Dar ejemplo** para tener fuerza moral y prestigio. Sin coherencia entre las palabras y los hechos, jamás conseguiremos nada de los hijos. Antes, al contrario, les confundiremos y les defraudaremos.

Un padre no puede pedir a su hijo que haga la cama si él no la hace nunca.

- **Confiar en nuestro hijo.** La confianza es una de las palabras clave. La autoridad positiva supone que el niño tenga confianza en los padres. Es muy difícil que esto ocurra si el padre no da ejemplo de confianza en el hijo.
- **Actuar y huir de los discursos.** Una vez que el niño tiene claro cual ha de ser su actuación, es contraproducente invertir el tiempo en discursos para convencerlo. Los sermones tienen un valor de efectividad igual a 0. Una vez que el niño ya sabe qué ha de hacer, y no lo hace, actúe consecuentemente y aumentará su autoridad.
- **Reconocer los errores propios.** Nadie es perfecto, los padres tampoco. El reconocimiento de un error por parte de los padres da seguridad y tranquilidad al niño/a y le anima a tomar decisiones aunque se pueda equivocar, porque los errores no son fracasos, sino equivocaciones que nos dicen lo que debemos evitar. Los errores enseñan cuando hay espíritu de superación en la familia.