

Se exigir a mi hija o me limito a mandarla

¿A veces abusamos de nuestro poder de adultos con nuestras hijas?



Nos sucede a veces que al decirle algo, ella hace exactamente lo contrario, no obedece.

Quizás el problema esté en que no sabemos exigirle positivamente, transmitiendo al mismo tiempo nuestro respeto y amor hacia ella.

No es lo mismo mandar que exigir obediencia. Mandar es dar órdenes, La obediencia es una disciplina externa que proponemos o acordamos con nuestra hija con la finalidad de que se transforme en autoexigencia. Si la exigencia de obediencia es coherente y estable crea en ellas una sensación de seguridad a la vez que les ayuda a desarrollar determinados hábitos y costumbres que les permitirán enfrentarse a nuevos retos. Si nuestras propuestas van acompañadas de razones, nuestra niña va a tener conocimiento de que todo acto trae consigo consecuencias.

Es importante dar preferencia a la exigencia en conductas relacionadas con su trabajo fundamentalmente los estudios, en el desarrollo de virtudes personales y buenos hábitos.

Los puntos básicos para lograr esa obediencia podrían resumirse en los siguientes:

- Informar a nuestra hija acerca de lo que esperamos que haga, cómo debe hacerlo y en qué condiciones. No basta, por ejemplo, decirle a nuestra hija de cinco años que debe portarse bien cuando va de visita a la casa de alguna amiga. Deberíamos puntualizar que esperamos que salude cuando llegue a su casa y que use los cubiertos correctamente.
- Motivarla para que se esfuerce por comportarse como le indicamos. Podemos exponerle aquellas razones que le hagan ver que lo que proponemos, es interesante para ella. Llevarla a reflexionar sobre determinado comportamiento es importante.
- Comprobar que ha hecho lo que esperábamos que hiciera. No dar por supuesto que lo hará. Es desmotivador para nuestras hijas ver que existe falta de atención de nuestra parte por las cosas que hacen.
- 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 ella. El uso de premios y/o castigos siempre deben ser proporcionados y ajustados al hecho que se quiere alabar o reprender. Tener cuidado con el uso de reforzadores tangibles, ya sea un regalo, ya que con el

tiempo se acostumbrara a recibir un obsequio por sus actos. Es más beneficioso brindarle una palabra de aliento o felicitación o realizar alguna actividad en familia.

Es necesario tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

Debemos exigir pocas cosas y lo suficientemente espaciadas en el tiempo. Conviene exigir pocas cosas a la vez. Nos gustaría que todo lo hicieran bien y que no se descuidaran en nada. Pero la mayoría de veces por exigir demasiadas cosas a la vez, no conseguimos nada.

Todo lo que les pedimos debe estar a su alcance. Hay que asegurarse que aquello que le pedimos a una niño esté realmente a su alcance. Debemos tener en cuenta su edad y lo que es capaz de hacer a esa determinada edad. Por ejemplo, una niña de cinco años de edad puede tranquilamente comenzar a tender su cama con la ayuda de papá o mamá en un comienzo hasta que aprenda a hacerlo bien y adquiera el hábito.

Vale la pena asegurarse que logrará lo que le proponemos ya que el éxito le animará a perseverar.

Debemos mostrar que confiamos en ella. Si demostramos que confiamos en que hará lo que le hemos pedido seguramente lo hará lo mejor que pueda. Siempre alentarla a que si no salió del todo bien, la próxima vez saldrá mejor.

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 su hija perciba en lo que se le dice, la frenará o la incitará más a desobedecer. Por eso es mejor decir:

“Dentro de diez minutos será hora de bañarse, dicho sin insistir, que decir ¿te vas a bañar 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 y rebeldía en el adolescente.

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.

Si queremos reprender algo, 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 sus hijas. La falta de compostura, la pérdida del autodominio y los gritos nos ponen en ridículo, y con ello, nuestra autoridad se derrumba, especialmente si estamos tratando con adolescentes.

Debemos ser buenos ejemplos a seguir, un modelo para cada una de ellas, con ejercicio constante de autodisciplina y autoexigencia y con la coherencia necesaria para vivir de acuerdo a las cosas que decimos y hacemos.