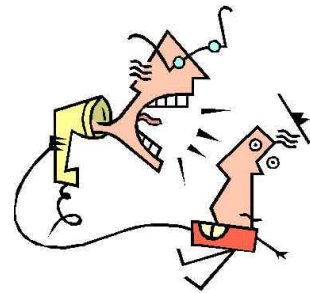


## **Educar sin gritar.**

Desde alzar la voz hasta gritar, forman parte de los errores que los padres cometen con sus hijos en vez de dialogar. Hay que aprender a educar sin gritar.

La tarea de educar no es sencilla y mucho menos cuando el estrés o la larga lista de actividades que tienes que realizar te hacen perder el control de las cosas, y es común que cuando ya le hablaste a tu hijo en repetidas ocasiones, sin lograr que te haga caso, se levante la voz o se grite en lugar de dialogar con él.

Con gritar no se resuelve nada, al contrario, este es un hábito difícil de erradicar y que lamentablemente, la mayoría lo hace de forma instintiva para educar a su hijo, sin pensar que también esto puede afectarlo.



### **¿Por qué gritamos?**

Los gritos o los levantamientos de voz se convierten en el recurso más práctico para muchos padres a la hora de "educar" a sus hijos, pues las ventajas son rápidas y "efectivas". Por ejemplo:

1. Es sencillo de utilizar y rápido.
2. No requiere de un desgaste intelectual o educativo para su uso.
3. Se consigue atraer la atención a corto plazo.
4. Infunde un carácter de autoridad.

Desafortunadamente, y sin pensar en la situación, educar con gritos, no es un recurso educativo adecuado para ninguno de los dos, ni tampoco se obtiene un beneficio.

### **Consejos para educar sin gritar.**

Aprender a educar sin gritar, es la forma en que se le puede transmitir al niño la idea de que con la violencia verbal, los gritos, los insultos y las amenazas, no se educa ni se

resuelve nada, al contrario, genera resentimientos, culpas y alejamiento. Para ello, aquí tienes unos consejos para conseguirlo:

**1. Mantén la calma** cuando se trata de dar una orden a tu hijo, pues tu niño escucha bien, por eso no debes alzar la voz ni mucho menos gritar. Habla tranquilamente.

**2. No generas respeto.** Es probable que tu hijo pequeño obedezca por miedo cuando le levantas la voz o gritas. Sin embargo, esto desaparece cuando llega la adolescencia porque desaparece el miedo y, entonces, se pierde el respeto. Por ello, es necesario que tu pequeño sepa que eres una autoridad y debe obedecer cuando le ordenes algo tranquilamente.



**3. Habla de manera positiva.** En vez de decirle: No te voy a permitir esa conducta, debes hablar positivo: Eres un buen niño y sé que no te gustaría estar haciendo lo que haces. Cambia el contexto de tus palabras.

**4. Da una explicación válida.** Muchos padres cometen el error de decirles a sus hijos: Aquí mando yo. Esto no es un argumento, por lo cual es importante dar una buena razón clara y precisa para que el niño comprenda y repare lo que está haciendo.

**5. Demostrarle a tu hijo que todo se hace por su beneficio.** No hay que mentirle a un niño para que entienda. Por ejemplo, si tu hijo no se quiere ir a la cama temprano, decirle que debe hacerlo por su propio bien, por su beneficio.

**6. Analiza la situación.** Piensa si lo que está haciendo tu pequeño es grave o si es por jugar, etc. Probablemente, desde tu punto de vista no es justificable su acto, pero sí desde la suya, y hay que tener en cuenta que los niños viven el “aquí y ahora” sin contemplar las consecuencias.

**7. Escucha.** Incluso siendo pequeños son personas y entienden, por lo tanto, escucha a tu hijo antes de reprocharle algo, además, fomentas en él una conducta válida para solucionar un conflicto.

**8. Establece reglas en el hogar.** Es importante que éstas estén escritas y puestas en un lugar visible, así tu hijo le ayudará a recordar lo que esperas de él.

**9. Sé humilde.** Como padres debéis reconocer los errores ante vuestro hijo. Esto le ayudará y enseñará a reconocer errores.

**10. Trabajo en pareja.** Es necesario que la pareja esté de acuerdo sobre el manejo de las situaciones y cómo resolverlas. Además, en una situación compleja, lo ideal es que uno de los dos esté más calmado, para resolver la situación de mejor manera y sin gritar.

De esta forma, ayudaréis a crear un ambiente de tranquilidad en tu hogar y alcanzar la satisfacción de educar a los hijos sin gritar.