

Cómo hablar a los niños y niñas

Leemos con atención estas dos frases. Ambas intentan avisar al niño de que debe darse prisa en terminar su plato y acabárselo todo. Pero en su forma y su fondo, ambas son muy diferentes:

1. “¿Quieres hacer el favor de acabarte de una vez por todas ese pescado o te lo hago tragar a la fuerza?”
2. ”Llevas más de 20 minutos comiendo ese plato; tienes 5 minutos más para acabártelo. Si no lo haces, te lo deberás comer mañana para cenar y con seguridad no estará tan bueno como hoy”.

La primera se dirige al niño desde una posición de autoridad y abuso de poder. La segunda frase es firme pero respetuosa (el hecho de estar enfadados con ellos no debería excluir nuestro respeto). Permite al niño sentirse respetado, saber cuales serán las consecuencias y elegir con conocimiento de causa.

Muchas de las luchas de poder que establecemos con nuestros hijos se evitarían o disminuirían si se sintieran más aceptados por nosotros, si supiéramos reconocer sus sentimientos y pudiéramos enseñarles a verbalizar los suyos. El secreto está en nuestras palabras, en nuestro modo dirigirnos a ellos y de interpretar la situación.

¿Quieres que tu hijo obedezca? ¡Aprende a hablarle!

Anima y motiva. Fíjate en lo positivo.

Esther, 2 años. Se ha comido por primera vez todo un plato de comida sin ayuda. La hazaña se enturbia porque la cocina ha quedado como un campo de batalla.

Incorrecto: ¡Cómo has dejado la cocina! ¡Otro día no te dejaré comer solita si eres tan sucia!

Correcto: ¡Te has comido toda la comida solita! ¡Qué contenta estoy! (abrazo) Ahora, ayúdame a recoger lo que se te ha caído al suelo, por favor

Explica con tus palabras lo que ellos te acaban de decir:

Cristina, 4 años. Quiere ir al parque pero su madre tiene que trabajar en casa y no puede dedicarle tiempo.

Incorrecto: ¡No, ya te he dicho que no vamos a salir! ¡No me lo preguntes más!

Correcto: Sé que te hace mucha ilusión ir al parque pero ahora no podemos ir pues mamá está ocupada. Ten, juega con tu osito. Cuando acabe, jugaré un rato contigo.

Describe detalladamente un buen comportamiento. No te limites a elogiar.

David, 5 años. Ha tirado su ropa al cesto de la ropa sucia.

Incorrecto: ¡Bravo campeón! ¡Qué aseado eres! ¡Felicidades!

Correcto: Has tirado los calcetines sucios en la cesta de la ropa para lavar. ¡Felicidades!

Muestra más interés. Involúcrate en lo que a él le motiva

Rafa, 7 años. Está jugando con el “lego” a construir pueblos y edificios.

Correcto: ¡Qué bonito es lo que estás haciendo! ¡Eres muy bueno con el “lego”!

Más correcto: Me gusta el pueblo que has hecho. ¿Te lo has inventado tú? Y ahora... ¿qué vas a construir? ¿Y donde está el colegio en este pueblo?...

Estimula su independencia.

María, 5 años. Quiere servirse un vaso de agua con una pesada jarra.

Incorrecto: Ya te sirvo yo. La jarra es muy pesada y se te puede derramar

Correcto: La jarra es muy pesada. Te quitaré un poco de agua y entonces podrás intentarlo. Creo que así será más fácil conseguirlo.

Escoge las palabras correctas para dar las órdenes claras.

Clara, 6 años. Ha olvidado lavarse los dientes después de cenar.

Incorrecto: Clara, es hora de lavarse los dientes ¿puedes dejar de jugar e ir, por favor, al cuarto de baño?

Correcto: Clara, es hora de lavarse los dientes

Evita hacer comentarios negativos.

Nicolás, 3 años. Está jugando con el móvil de su madre

Incorrecto: Eres un niño muy malo. Te he dicho que eso no se toca ¿Quieres estarte quieto de una vez?

Correcto: Nicolás, el teléfono de papá no es un juguete. ¡Dámelo!

No ignores los sentimientos de rabia de tu hijo.

Pablo, 4 años. Está llorando porque quiere que su madre le compre un juguete de un escaparate

Incorrecto: No te lo voy a comprar, me da igual que llores o patalees. ¡Vamos a casa!

Correcto: Se que te hace mucha ilusión jugar con ese coche pero ahora no puede ser. Quizás lo podemos pedir para tu cumpleaños ¿Qué te parece?

Y cuando quieras enfatizar algo serio, acompaña tus palabras con estos gestos corporales:

- Acércate mucho a tu hijo cuando vayas a hablar con él. Nada de gritar porque estáis en habitaciones alejadas.
- Mírale a los ojos.
- Háblale sin hacer nada más que eso. No le hables mientras ves la televisión o lees un libro. El debe notar que, en ese momento, toda tu atención está en él.
- Ponte a la altura de sus ojos. Si es necesario, siéntate en el suelo o siéntalo a él encima de una mesa. No hables con él desde una posición física de superioridad.
- Si él te lo permite y mientras le hablas, puedes tener contacto físico con él, como por ejemplo, cogiéndole la mano, tocándole el hombro...

Extracto de conferencia de Elena Roger Gamir