

Trayendo las Lecciones al Hogar



“Déjame intentarlo.”

By Jodi Mullen, Ph.D., LMHC, RPT-S, CCPT-S

Hace poco publiqué un nuevo libro titulado: “Raising freakishly well behaved kids.” (“Criando niños con un comportamiento anormalmente bien educado”). Como consejero de niños y terapeuta de juegos durante más de 25 años y como padre durante más de 18 años, he aprendido valiosas lecciones de un grupo único de expertos; niños. En el libro, resalté 20 principios simples que podemos usar en nuestras relaciones con nuestros propios hijos y/o los niños con quienes trabajamos.”

En este artículo, nos centraremos en un principio, el concepto de “Déjame intentarlo”. Este principio simple tiene todo tipo de beneficios, así como algunas consideraciones para usarlo. El concepto de dejar que los niños prueben es que no solo ganan competencia en la tarea, sino que también experimentan muchos sentimientos diferentes al completar la tarea: algunos sentimientos cómodos como el orgullo y algunos sentimientos incómodos como la frustración. Como padres, podemos crear oportunidades para esto cuando criamos desde un lugar de respeto y consideración. Cuando eso sucede, tiene un impacto no solo en cómo nuestros hijos se ven a sí mismos y a los demás, sino también en cómo se comportan, y como un beneficio directo, en sus relaciones con nosotros como sus padres. Cuando nuestros hijos se sienten bien, se comportan bien en consecuencia. Cuando estamos orgullosos de quiénes son nuestros hijos y cómo se comportan, nos sentimos positivos acerca de nuestra crianza. Cuando este ciclo se desarrolla, terminamos con los niños sintiendo un sólido sentido de sí mismo y nuestra estima de crianza es alta. Esas cosas que trabajan juntas son la base de relaciones fuertes y amorosas entre padres e hijos.



“Déjame intentarlo” nos alienta como padres a permitir que nuestros hijos experimenten frustración. Podría estar pensando, “¿por qué querría hacer eso?” Aquí está el por qué: cuando los niños luchan y experimentan frustración, aprenden muchas cosas. No tienes que enseñarles directamente, las lecciones que aprenden provienen de la experiencia de la lucha. Tomemos el ejemplo de Henry, un niño de cinco años que no puede abrir la tapa de su cofre de juguetes. Henry comienza a enojarse. Si nadie se apresura a ayudar, Henry aprenderá cómo manejar su frustración, persistirá, averiguará si necesita o quiere ayuda, a quién puede pedir ayuda y cómo pedir ayuda. También puede encontrar maneras de resolver el problema aprendiendo a usar sus habilidades de resolución de problemas (incluso si no puede abrir la tapa, aún está desarrollando los músculos de la resolución de problemas en su cerebro), lo que le ayudará en situaciones futuras. Si se da cuenta de cómo resolver el problema por su cuenta, aprende que si persiste a pesar de la frustración, el sentimiento de orgullo y satisfacción a menudo está del otro lado. Si necesita pedir ayuda, aprende cómo negociar social y relacionalmente cómo hacerlo. ¿Y si Henry no puede abrir la tapa, no pide ayuda y decide seguir adelante? Bueno, entonces él está aprendiendo cuán importantes son las cosas particulares para él. Quizás aún más crítico es que muchos de estos momentos se convierten en la base de cómo Henry resuelve, socializa e incluso se comporta. ¡Esto es una gran cosa!

Una consideración para aplicar este principio es tiempo y paciencia. Los niños se mueven a un ritmo diferente que los adultos; a veces mucho más rápido, a veces mucho más lento. De cualquier manera, tiene que estar dispuesto a mirarlos ya sea si deciden apresurarse o si se toman su tiempo. Mientras estaba comprometido a dejar que mis hijos lo intentaran, si necesitaba estar en otro lugar, no les iba a dar todo el tiempo que necesitaban para atarse el zapato, por ejemplo. Cuando pueda, hágalo. En segundo lugar, a menudo quería apresurarme y ayudar. Como muchos de ustedes, no me gusta particularmente ver a las personas luchar, especialmente a los niños, especialmente a mis hijos. Debe poder retroceder y dejar que sus hijos, o los niños con los que trabaja, luchen. Esto está basado en la realidad; todos tenemos que experimentar el trabajar a través de las cosas para poder manejar las emociones que vienen con eso y podemos darnos cuenta de lo que somos capaces.

Practique el principio de crianza de “Déjame intentarlo” durante unas semanas. Tomará tiempo para que usted y su (s) hijo (s) se acostumbren a que esto suceda con cierta regularidad (apuesto a que ha estado haciendo esto más de lo que se ha dado cuenta, la diferencia es que ahora lo está notando y haciéndolo con consideración). Esta será una oportunidad fantástica para conectarse con su capacidad de ser paciente y modelar eso para su hijo. Celebre las ganancias de su hijo y asegúrese de reconocer la suya también. El premio más grande de todos es cómo se sienten ustedes y sus hijos sobre ustedes mismos y entre ustedes mismos. ¡Lo ha logrado!

Siéntase en libertad de copiar esta página y compartirla con los padres del Primary Project.