

COMO EVITAR PERDER LOS NERVIOS.

La conducta del niño es el resultado de sus emociones. En lugar de cambiar o desaprobar su conducta, prueba a observar su estado emocional. Qué pasó para que se produjera esa conducta indeseable. Si logras cambiar la emoción del niño, entonces cambiará su conducta.

Todos hemos perdido los nervios en algún momento, pero no te preocupes: la próxima vez, antes de gritar, cuenta hasta diez y recuerda que su actitud es una manera de reafirmar su personalidad y manifestar un deseo de autonomía e independencia.

Hay que tener presente que estas situaciones conflictivas no son definitivas, sino pasajeras; sabiendo esto, seguramente podrás afrontarlas con un ánimo optimista. Y...

- Asegúrate que tu hijo conoce las consecuencias de sus malas actuaciones.
- Sé consecuente y mantente siempre firme en tu criterio.
- Si cedes, el niño acabará no sabiendo a qué atenerse.
- Analiza cuáles son los momentos más conflictivos del día para prever sus actuaciones.
- Lo importante es no perder la calma.
- Los niños tienen poca resistencia a las frustraciones y es normal que hagan lo posible por intentar imponer sus apetencias. Tu misión es ayudarle poco a poco a soportarlas mejor.