

# **Siete pasos para ser mejores padres**

## ***Paso # 1 Busque un buen consejero.***

**¿Por qué dar este paso?** Puede que la primera vez que los padres sostengan en sus brazos a un hijo recién nacido los embargue emociones encontradas. “Sentí admiración y una profunda alegría –relata Brett, un padre de Gran Bretaña-; pero también tuve la sensación de que era una responsabilidad muy pesada y que no estaba preparado para ella. “Mónica, una madre de la Argentina, dice: “Me preocupaba saber si podría satisfacer las necesidades de mi hijita y me preguntaba si lograría hacer de ella una mujer de bien”.

¿Se identifica con las alegrías y los temores de estos padres? No cabe duda de que criar un hijo es una de las tareas más difíciles –y al mismo tiempo más gratificantes- que existen. Como puntualizó un padre, “dispones de una sola oportunidad para criar a tu hijo”. En vista de que el bienestar y la felicidad de los hijos dependen en gran medida de lo que hagan los padres, usted quizás sienta la apremiante necesidad de recibir consejos fiables sobre cómo desempeñar mejor su papel.

**El problema.** Cuando se trata de la crianza de los hijos, parece que todo el mundo tiene algo que decir. Antes, los padres primerizos copiaban el ejemplo de sus propios progenitores o se guiaban por sus convicciones religiosas. Ahora, sin embargo, en numerosos países la familia está en declive y la religión ha perdido su influencia en la sociedad; de ahí que muchos recurran a profesionales en la materia. Algunas de las opiniones de estos expertos se basan en buenos principios; otras, en cambio, resultan contradictorias y pronto se quedan anticuadas.

**La solución.** Aconséjese con la Persona más entendida en el tema de la crianza de los hijos: el Creador de la vida humana. Jehová Dios. (Hechos 17:26-28). Su Palabra la Biblia, contiene consejos directos y ejemplos prácticos que pueden ayudarle a ser mejor padre o madre. Él promete: “Ciertamente daré consejo con mi ojo sobre ti” (Salmo 32:8).

**“Confía en Jehová con todo tu corazón, y no te apoyes en tu propio entendimiento.” (Proverbios 3:5)**

## ***Paso # 2 Haga de su casa un oasis de amor***

**¿Por qué dar este paso?** Los niños necesitan amor, pues sin él languidecen. El antropólogo M.F. Ashley Montagu escribió en los años cincuenta: “Lo que el organismo humano más necesita para su desarrollo en nutrirse de afecto; la fuente de toda salud está en la experiencia afectiva, especialmente durante los seis primeros años de la vida”. Los investigadores modernos coinciden con la conclusión de Montagu de que los niños “sufren graves mutilaciones emocionales cuando se les da una dieta de afecto inadecuada”

**El problema.** La vida en este mundo desamorado y egoísta provoca muchas tensiones en el seno familiar (2 Timoteo 3:15). Las presiones económicas y emocionales que conlleva la crianza de los hijos agravan los problemas en el matrimonio. Por ejemplo, las diferencias de opinión sobre la manera de disciplinar y premiar a los hijos pueden aumentar la tirantez entre dos personas que ya de por sí tienen dificultades para comunicarse.

**La solución.** Planifique regularmente actividades en la familia. Las parejas también necesitan apartar tiempo para estar a solas. (Amós 3:3). Utilicen bien el

tiempo de que disponen después de que los niños se van a la cama. No dejen que la televisión les robe tan valiosos momentos. Mantengan vivo el romanticismo expresándose cariñosamente (Proverbios 25:11; El Cantar de los Cantares 4:7-10). Y en vez de estar siempre “señalando faltas”, busquen a diario maneras de alabar a su cónyuge (Salmo 103:9,10; Proverbios 31:28).

Dígales a sus hijos que los ama. Jehová dio el ejemplo al expresar abiertamente el cariño que sentía por su Hijo, Jesús (Mateo 3:17; 17:5). Fleco, un padre de Austria, dice: “He aprendido que los hijos son un tanto como las flores, que buscan el sol para que les dé su calor. Los hijos acuden a sus padres para recibir amor y la confirmación de que son miembros valiosos de la familia”. Sea que tenga cónyuge o que su familia sea monoparental, si enseña a los suyos a amarse mutuamente y amar a Dios, su vida familiar experimentará una mejora sustancial. Ahora bien, ¿qué dice la Palabra de Dios sobre el modo de ejercer los padres la autoridad? **“El amor es un vínculo perfecto de unión.” (Colosenses 3:14)**

## ***Paso # 3 Ejercza su autoridad***

**¿Por qué dar este paso?** Ciertos estudios muestran que “los hijos criados por padres amorosos y que hacen valer su autoridad –aquello que apoyan a sus hijos y al mismo tiempo establecen límites definidos- sobresalen académicamente, desarrollan mejores habilidades sociales, se sienten satisfechos consigo mismo y son, por regla general, más felices que aquellos cuyos padres son demasiado blandos o excesivamente severos”, informa la revista *Parents*.

**El problema.** Desde la infancia hasta la adolescencia, los hijos desafiarán el derecho que tiene usted de ejercer autoridad sobre ellos. “Los niños aprenden rápido a detectar cuándo temen los padres afirmarse

en su autoridad y cuándo puede uno confiar en que se rindan”, escribe Jhon Rosemond en su libro *Los padres al poder!*. Y añade: “Nunca debe haber la duda de a quién le corresponde llevar la batuta... Cuando el padre no manda, el niño se desmanda”.

**La solución.** No crea que si ejerce su autoridad, sus hijos se alejarán de usted o que anulará por completo su personalidad. Jehová Dios, el Autor de la vida familiar, no se ha propuesto que los hijos tengan voz y voto en la dirección de la familia; todo lo contrario: ha conferido a los padres una posición de autoridad y

manda a los hijos que “sean obedientes a sus padres” (Efesios 3.14,15; 6:1-4).

Se puede ejercer autoridad sin ser un tirano. ¿Cómo? Siguiendo el ejemplo de Jehová. Él tiene el poder para obligar a sus hijos humanos a hacer su voluntad, y sin embargo, apela a lo bueno que hay en nosotros. “¡Oh, si realmente prestaras atención a mis mandamientos! Entonces tu paz llegaría a ser justamente como un río”, dice su Palabra (Isaías 48:18). Jehová quiere que le obedezcamos por amor, y no por temor morboso (1Juan 5:3). Es razonable en lo

pide de nosotros y sabe que nos irá bien si seguimos sus normas morales (Salmo 19:7-11).

¿Cómo conseguiremos la confianza necesaria para ejercer equilibradamente su autoridad? Primero, tiene que estar convencido de que eso es lo que Dios espera de usted. Y segundo, debe tener la certeza de que cumplir las normas morales de Dios es el mejor camino que usted y sus hijos pueden seguir (Romanos 12:2).

**¿Cuál es una manera concreta de ejercer su autoridad?**

## ***Paso # 4 Establezca reglas familiares y hágalas cumplir sin falta***

**¿Por qué dar este paso?** Ronald Simona, sociólogo de la Universidad de Georgia, dice: “El hecho es que los muchachos les va mejor cuando existen reglas claras y disciplina consecuente. Sin una estructura se ensimisman, se vuelven egocéntricos, son infelices y, de paso, les amargan la existencia a cuantos están a su alrededor”. En Proverbios 13:24, la Palabra de Dios dice simple y llanamente: “Quien bien quiere a sus hijos procura corregirlos”.

**El Problema.** Fijar límites de conducta sensatos para los hijos y hacerlos valer conlleva tiempo, esfuerzo y perseverancia; además, parece como si los hijos tendieran por naturaleza a desafiar toda restricción a su libertad. Mike y Sonia, padres de dos niñas, lo resumen muy bien al decir: “Los niños son personitas con mentes y deseos propios y con una tendencia innata a pecar”. Aunque aman mucho a sus hijas, admiten que “a veces los niños son tercos y egoístas”.

**La solución.** Imite la forma en que Jehová trató con el pueblo de Israel. Una de las maneras como les manifestó su amor fue señalando claramente las leyes que esperaba que cumplieran. (Éxodo 20:2-17). También anunció las consecuencias de desobedecerlas (Éxodo 22:1-9).

Pues bien, ¿por qué no confecciona una lista de las reglas familiares que sus hijos deben obedecer? Algunos padres recomiendan limitarlas a unas cinco más o menos, ya que una lista corta de reglas bien escogidas es más fácil de hacer cumplir y de recordar. Escriba junto a cada regla las consecuencias de quebrantarlas. Asegúrese de que los castigos sean moderados y que en verdad esté dispuesto a imponerlos. Repase las reglas periódicamente para que todos –incluido papá y mamá– sepan con exactitud lo que se espera de cada cual.

Cuando se infrinja una regla, imponga el castigo sin demora, haciéndolo de una manera calmada, firme y coherente. Ojo: si está airado, espere a calmarse antes de administrar disciplina. (Proverbios 29:22). Pero no olvide administrarla. Tampoco negocie. Si lo hace, su hijo no verá la importancia de obedecer las reglas. Sucedería como dice la Biblia: “Por cuanto la sentencia contra una obra mala no se ha ejecutado velozmente por eso el corazón de los hijos de los hombres ha quedado plenamente resuelto en ellos a hacer lo malo” (Eclesiastés 8:11). ¿De qué otro modo puede ejercer su autoridad para el bien de sus hijos? **“Simplemente signifique su palabra Sí, Sí su No, No.” (Mateo 5:37)**

## ***Paso # 5 Enseñe a sus hijos a sujetarse a un horario***

**¿Por qué dar este paso?** Los horarios son parte esencial de la vida adulta: regulan el trabajo, las actividades religiosas y hasta el esparcimiento. Los padres que no enseñan a sus hijos a distribuir el tiempo y a ceñirse a un horario no les hacen un favor. Por otro lado, “los estudios, demuestran que cuando hay reglas y una estructura, los hijos se sienten seguros y confiados, y aprenden a tener control de sí mismos y a ser autosuficientes”, sostiene el doctor Laurence Steinberg, profesor de Psicología.

**El problema.** La vida avanza a un ritmo frenético. Muchos padres trabajan largas horas, por lo que generalmente disponen de poco tiempo para la familia. Enseñar a los hijos a organizarse exige disciplina y determinación, puesto que hay que vencer la resistencia inicial del niño a sujetarse a un horario.

**La solución.** Aplique este principio bíblico: “Que todo se haga en forma digna y ordenada” (1Corintios 14:40). Por ejemplo, desde que sus hijos son muy pequeños, muchos padres les fijan una hora para que se vayan a la cama; una decisión muy sensata, por cierto. Con todo, la hora de acostarse debe resultar agradable. Tatiana, una madre de dos pequeñas que vive en Grecia, relata: “Cuando las niñas se han metido en la cama, las acaricio y les cuento lo que hice mientras ellas estaban en la escuela. Entonces les

pregunto qué hicieron ese día. Casi siempre me abren su corazón, pues se sienten relajadas”. Kostas, el esposo de Tatiana les lee a las niñas. “Ellas cuentan la historia que les leo –dice él–, y muchas veces acabamos hablando de las cosas que les preocupan. Esto nunca sucede si me limito solo a pedirles que expresen lo que les inquieta.” Por supuesto, conforme los niños van creciendo, es apropiado ajustar la hora de acostarse; no obstante, si se mantiene la costumbre, probablemente los hijos sigan empleando ese tiempo para hablar con usted.

Otro hábito que conviene crear es el de comer juntos en familia por lo menos una vez al día. Para ello hay que ser flexibles con las horas de las comidas. “A veces llego tarde del trabajo –cuenta Charles, padre de dos hijas– En esos casos, mi esposa les prepara una merienda a las niñas para que aguanten hasta que yo llegue; así comemos juntos Nos contamos las actividades del día, repasamos un texto bíblico, hablamos de problemas y nos reímos. No me canso de repetir lo mucho que esta costumbre ha contribuido a la felicidad de mi familia.”

Para dar este paso, es preciso asegurarse de que la búsqueda de bienes materiales no sea un obstáculo para establecer un horario familiar y cumplirlo. Ponga

en práctica el consejo bíblico de ‘asegurarse de las cosas más importantes’ (Filipenses 1:10).

¿De qué otra manera pueden los padres mejorar la comunicación con sus hijos?

**“Que todo se haga en forma digna y ordenada.”**  
**(1 Corintios 14:40)**

## ***Paso # 6 Tome en cuenta los sentimientos de sus hijos***

**¿Por qué dar este paso?** Los hijos desean y necesitan que las personas más importantes en su vida –sus padres– sepan lo que sienten. Si estos están siempre contradiciéndolos cuando expresan sus sentimientos, será menos probable que se abran y quizás hasta empiecen a dudar de su capacidad para sentir y pensar por sí mismos.

**El problema.** Los muchachos son propensos a exagerar cuando comunican sus ideas y emociones. Es verdad que a veces dicen cosas que perturban a los padres. Quizás un hijo descorazonado diga: “¡Me quiero morir”. La respuesta instintiva del padre o la madre tal vez sea: “Deja de decir tonterías!”. Puede que a los padres les parezca que tomar en consideración las ideas o sentimientos negativos de sus hijos equivale a aprobarlos.

**La solución.** Siga el consejo bíblico de “ser presto en cuanto a oír, lento en cuanto a hablar, lento en cuanto a ira” (Santiago 1:19). Observe que Jehová prestó atención a los sentimientos negativos de sus siervos fieles e hizo que se consignaran en la Biblia (Génesis 27:46; Salmo 73:12,13). Por ejemplo el sufrimiento extremo llevó a Job a expresar su deseo de morir (Job 14:13).

Es obvio que Job tenía pensamientos y sentimientos que había que corregir. Pero Jehová no los negó ni le impidió a Job que los manifestara; más bien, respetó su dignidad dejando pacientemente que se desahogara. Solo entonces lo corrigió con amor. Hablando del tema, un padre cristiano dijo: “Si

Jehová deja que yo le abra mi corazón cuando le oro, es justo que yo deje que mis hijos expresen sus sentimientos, tanto los positivos como los negativos”. La próxima vez que se sienta tentado a decirle a su hijo “No debes sentirte así” o “No estarás hablado en serio”, recuerde la famosa regla de Jesús: “Así como quieren que los hombres les hagan a ustedes, háganles de igual manera a ellos” (Lucas 6:31). Supongamos que alguien lo ha tratado mal en el trabajo o que usted se ha llevado una desilusión, posiblemente por culpa suya. Ahora usted le cuenta a un amigo íntimo lo frustrado que se siente y le dice que su trabajo lo tiene harto. ¿Qué le gustaría que hiciera? ¿Que le dijera que no debe sentirse así y luego le señalara que de todos modos es culpa suya? ¿O que le dijera: ¡Qué difícil debió haber sido! De seguro has tenido un día muy duro”?

Los niños, al igual que los adultos, tienden a aceptar los consejos, si perciben que quien se los da, realmente comprende lo que les pasa y las dificultades que afrontan. “El corazón del sabio hace que su boca muestre perspicacia, y a sus labios añade persuasiva”, dice la Palabra de Dios (Proverbios 16:23).

¿Cómo hacer para que sus hijos tomen en serio sus consejos?

**“Cuando alguien responde a un asunto antes de oírlo, eso es tontedad de su parte.”** (Proverbios 18:13)

## ***Paso # 7 Predique con el ejemplo***

**¿Por qué dar este paso?** Las acciones sirven para enseñar; la palabras solo para informar. Por ejemplo, puede que los padres les digan a sus hijos que tienen que ser respetuosos y decir siempre la verdad; no obstante, si se gritan entre sí o les gritan a los hijos y mienten para librarse de obligaciones tediosas, les están enseñando que así es como deben comportarse los adultos. Imitar a los padres constituye “una de las formas de aprendizaje más eficaces para los niños”, escribe el doctor Sal Severe.

**El problema.** Los padres son imperfectos. “Todos han pecado y no alcanzan a la gloria de Dios”, escribió el apóstol Pablo (Romanos 3:23). En cuanto a controlar lo que uno dice, el discípulo Santiago escribió: “La lengua, nadie de la humanidad puede domarla” (Santiago 3:8). Además, no es raro que los niños prueben la paciencia de sus padres hasta el límite. “Me sorprendía la facilidad con que mis hijos me hacían perder los estribos”, confiesa Larry, padre de dos hijos que suele tener buen carácter y sabe controlarse.

**La solución.** Esfuércese por dar un buen ejemplo, aunque no sea perfecto. Y aproveche sus errores para enseñar una lección positiva. “Si los niños me sacan de quicio o tomo una mala decisión que los afecta, admito mi error y me disculpo –dice Chris, padre de dos hijos–. Esto les enseña que los padres también cometemos errores y tenemos que esmerarnos por mejorar nuestra conducta.” Kostas, a quién mencionamos antes, dice: “Como ven que me disculpo cuando pierdo la calma, mis hijas han aprendido a pedir perdón cuando se equivocan”. Jehová Dios dice: “No estén irritando a sus hijos, sino sigan criándolos en la disciplina y regulación mental de Jehová” (Efesios 6:4). Que alguien con autoridad diga una cosa pero haga otra irrita a los niños tanto o más que a los adultos. Por consiguiente, pregúntese al final de cada día: “Si hoy no hubiera pronunciado una sola palabra, ¿qué lecciones les habría transmitido a mis hijos por mis acciones? ¿Serían las mismas que intento enseñarles verbalmente?”.

**“Tú,...el que enseñas a otro, ¿no te enseñas a ti mismo?”** (Romanos 2:21)

*Artículo tomado de la revista ¡Despertad! Agosto 2007*