

Abuelos Como Padres: Disciplina Constructiva

Los miembros de la familia se necesitan el uno al otro. Cuando se presenta la necesidad de que los abuelos críen a sus nietos, cada uno trae a la relación una gran pérdida, acompañada por angustia. Tal vez los niños perdieron a su(s) padre(s), por muerte o divorcio, y sus vidas fueron destrozadas. Puede ser que hayan sido víctimas indefensas, hayan perdido su inocencia, la seguridad, su fe por causa de abuso, las adicciones, o la disfunción de familia. Quizás no conocen a su padre, y tienen una madre inmadura que no está preparada para tomar esta responsabilidad. En casos tal como estos, los familiares, o el sistema jurídico, tienen que asumir el papel de los padres, si los niños han de sobrevivir.

Sin embargo, los abuelos han perdido su sueño de tener a un hijo saludable, exitoso, establecido, bien adaptado, casado y feliz con niños queridos. También han perdido la esperanza de disfrutar de sus últimos años y de tener menos responsabilidades. Con este desafío, y la responsabilidad de crear a sus nietos a largo plazo, los recursos de energía, la salud, y el dinero, son una carga más allá de su zona de comodidad. Aunque quieran a sus nietos, quizás se sienten culpables, enojados, frustrados, angustiados, asustados, y desesperadamente atrapados.

Mientras los abuelos luchan con sus emociones, son empujados fuertemente al papel de crear a sus nietos. Los abuelos pueden estar tan fatigados con su pena, la carga del trabajo, y de sentir compasión por el dolor de su hijo, que se niegan totalmente a tomar el papel de padre. Este papel es el de ayudar a sus hijos respetarse a sí mismo y ser la clase de persona que a otros les gustaría ser. El cariño en abundancia y la disciplina constructiva son la clave.

Cariño Abundante

Nadie recibe amor en exceso. Amor verdadero es cuando uno quiere lo mejor para la otra persona, y cuando hay amor en abundancia, toda persona prospera. Eso es diferente a consecuentar demasiado al niño, causándole daño, al hacerlo exigente, y egocéntrico; a veces, al punto de que ni él, ni nadie, jamás sean felices. Cada niño debe saber que el ser amado, no depende de lo que él haga, y que siempre lo querrán.

Disciplina Constructiva

Hay muchas personas que piensan que la palabra disciplina es una palabra cruel, y que significa castigo. Pero el origen de la palabra indica que esta relacionada a la palabra discípulo, o quienes aprenden el uno del otro. Cuando uno se refiere a “personas auto-disciplinadas,” se refiere a personas que saben ajustar su comportamiento. Han llegado al punto de que no es necesario que nadie les diga, “Hagan esto,” o “No hagan aquello.” Ellos tienen la habilidad de reconocer y llevar un comportamiento apropiado. Si los niños han de llegar a ser autos disciplinados, es preciso que tengan buenos ejemplos.

La disciplina y el castigo no son lo mismo. La meta de la disciplina, es enseñar. La meta del castigo es causar una pena por venganza por un acto indebido.

Sugerencias Para la Disciplina

No hay ninguna manera correcta para disciplinar a los niños. Es muy importante recordar que si hay una relación de amabilidad con el niño, y tienen una buena comunicación la mayor parte del tiempo, las técnicas específicas no son cruciales.

Todos cometemos faltas, y si las cometen, no deben darse por vencidos. No tengan miedo decir, “Voy a tratar de ser un mejor abuelo. Lo que acabo de hacer no es lo que quiero hacer. Dispénsame. ¿Me perdonas?”

Jennifer Birckmayer, del Cornell Cooperative Extension Services, anota los siguientes siete principios de la disciplina:

1. **Enfóquese en lo que se puede, y no en lo que no se puede.** Por ejemplo, en lugar de “No se te vaya a caer el blanquillo,” dígame, “Carga el blanquillo con las dos manos así.”
2. **Proteja y preserve los sentimientos de los niños para que se sientan capacitados y amados.** Por ejemplo, en lugar de “¿Qué no puedes hacer nada bien?,” dígame, “Esa tarea es grande, vamos a ver si la podemos hacer juntos.”
3. **Ofréscales opciones a los niños, solamente cuando está dispuesto a aceptar las decisiones que ellos hagan.**
Por ejemplo, en lugar de “¿Qué quieres desayunar hoy?,” dígame, “Para el desayuno, ¿te gustaría pan tostado con queso, o cereal?”
4. **Cambie el ambiente, en lugar del comportamiento del niño.** Por ejemplo, sienta a un adulto entremedio del niño de quince meses, y la niña de cuatro años, por si el menor tiene la tentación de tocarle las trenzas a la niña con sus deditos pegajosos.
5. **Trabaje con los niños, en lugar de en su contra.** Por ejemplo, el niño de un año come mejor cuando come solo, aún haciendo un desastre. ¿Qué se puede hacer? Ponga periódico en el piso, póngale un babero grande, y tenga esponjas a la mano.
6. **Déles a los niños límites que puedan entender. Reconozca los sentimientos de los niños sin tener que aceptar todas sus acciones. Mantenga su autoridad con calma y regularidad.** Por ejemplo, Claudia, edad de dos años, ha arrimado una silla hacia la estufa para ver que está hirviendo en las ollas. ¿Su respuesta? “¡No, nunca debes de hacer eso! Te puedes quemar si te acercas demasiado a la estufa.”
7. **Establezca un buen ejemplo. Hable y actúe en una manera de la cual usted quiere que hable y actúe su nieto.** Por ejemplo, en lugar de “Caray Bobby, acaba de cenar, no andes con rodeos,” dígame, “Bobby, tienes cinco minutos para que termines tu cena. No habrá más comida hasta la próxima vez que comamos.” Tenga pocas reglas, pero cúmplalas. Alguien ha dicho que se necesitan únicamente dos— ¿se le ocurre algo que no se ha repasado aquí?
 1. Obedezca a sus abuelos y a cualquiera que tome el lugar de autoridad con usted.
 2. Sea amable con la gente, los animales, las plantas y otras cosas.

El Por Qué Los Niños Se Portan Mal

- Normalmente, hay alguna razón por la cual el niño se porta mal. Invite a los niños para que compartan sus sentimientos, y escuche con interés.
- Si el niño se porta mal porque está cansado, o por falta de actividad física, etc., trate de cambiar la rutina del niño para que desarrolle buenos hábitos de salud.
- Espere que los niños se porten como niños, y no como adultos. Mantenga las expectativas de acuerdo con las edades de los niños, y use disciplina constante.
- Si el niño no tiene bastante auto-confianza, use palabras para darle ánimo, en lugar de aplastones.

- Haga la distinción entre el comportamiento, y la persona. Asegúrese de que su nieto sienta que es amado, aún, cuando el comportamiento no es aceptable. No le diga al niño que es un “niño estúpido,” sino que, lo que haces es una tontería.
- Los niños necesitan atención adicional cuando se molestan por un cambio.
- Los niños reaccionan cuando se les da ánimo, la aprobación, y cuando les hablan con palabras amables, al igual que a un adulto. Ellos repiten el comportamiento que les atraen las palabras amables.
- Los niños que sienten ser amados, se comportarán tal y como los abuelos quieren que actúen.
- Si el niño tiene necesidades especiales, busque ayuda. No ignore los problemas severos de comportamiento, ni piense que todos los problemas van a despararse solamente con el amor. (Adaptado de Elaine Wilson, Parenting Specialist, Oklahoma State Extension Service.)

Los Adolescentes También Son Personas

Todos los adolescentes se encuentran en una montaña rusa emocional. Los adolescentes que han tenido trastornos en sus vidas, son los más afectados. No permita que sufran en silencio, nomás porque no comparten sus experiencias. Inicie la conversación y este dispuesto a escucharles, y procure que ellos participen activamente. Ellos no aceptan límites, pero los son necesarios. Los abuelos necesitan una paciencia y comprensión infinita.

La obediencia a las reglas por los adolescentes, debe nacer conforme por el respeto que sienten hacia usted, el cual debe ganarse. Ellos darán la bienvenida a la oportunidad de colaborar en el desarrollo de las reglas, por las cuales ambos puedan apoyarse. También deben de consultar con usted, cuál será el castigo apropiado, al ignorar las reglas. Esto da el llamar a una reunión familiar, probablemente con más regularidad, de comunicación franca y clara, y con el entendimiento de las destrezas de cómo resolver conflictos. Considere los conflictos como problemas para resolver, y no como atacar a las personas. Todos los involucrados deben paticipar.

Cómo Resolver un Problema

1. Identifique con claridad, el problema o conflicto específico.
2. Comunique abiertamente, “¿Qué es lo que yo/nosotros queremos realmente?”
3. Junten cabeza todos los implicados, para pensar de todas las soluciones posibles. No evalúe ni critique.
4. Apunte todos los pros y contras de las sugerencias.
5. Escoja la mejor solución posible. Debe ser aceptada por todos. Nadie debe siempre dar, ni siempre tomar por su cuenta.
6. Haga un plan para implementar la mejor solución con metas temporales y prioridades. Delege las responsabilidades.
7. Ponga el plan en acción. Observe y comunique el progreso.
8. Verifique cómo está funcionando. Si está resultando bien, el problema se ha resuelto. Si no, empiece de nuevo con la segunda solución posible.
9. Después del plazo de prueba, evalúe para determinar si funcionó. Si no, empiece el proceso de nuevo.

Niños que Exigen Demasiado

Hay temporadas en que los niños de todas edades pueden ser muy exigentes. John Rosamond escribe, “Vamos a examinar la situación. Es cuestión de buenos modos, y del propio lugar que ocupa el niño en la familia. Es maleducación que el niño sea exigente con los padres o los abuelos. Al permitir que el niño exiga y perturba la armonía de la familia, usted le estaría facilitando la libertad de tomar el control de la familia. Mientras el niño sienta que pueda controlar a la familia por medio de exigencias, lloriqueos, y quejas, tomará provecho de la situación. ¡No trate de satisfacerlo! Establezca reglas razonables, y llévelas a cabo constantemente. Por algunas semanas, él se arrojará contra la pared, pero después se convencerá y cooperará. Escoja usted, -- ocho semanas, u ocho años más adelante.”

Los hogares que son centrados alrededor del niño, no producen matrimonios, ni niños felices. Los abuelos felices están mas propensos de tener nietos felices cuando el papel del niño es claramente definido con cariño.

Visitas/Disciplina del Padre del Niño

Cuando el padre visita al niño criándose por los abuelos, los papeles están al revés. La vida del niño no debe perturbarse ni en lo más mínimo, por las visitas del padre. Ya que el niño necesita establecer y mantener vínculos afectivos, los padres y abuelos deben llegar a un acuerdo, de que se debe apoyar la relación de ambos con el niño, y que cada uno hará lo que es mejor para el bienestar del niño. La disciplina del padre debe depender de la custodia legal que tengan los abuelos. Si este es el caso, los padres deben respetar el papel que toman los abuelos.

De alguna manera, el padre asume la parte del abuelo, y quizás consecuente al los niños para expresarles su cariño, y tratar de reponer el tiempo que no se pasa con ellos regularmente. Debe haber un claro entendido de lo que está en el mejor interés de los niños, y los abuelos deben comunicar esto precisamente cuando los niños no estén presentes. Antes de la visita, tal vez sería beneficioso que los abuelos hicieran una lista de las necesidades de los niños. Es preciso aceptar la realidad, y no ponerse celoso cuando los niños expresan un acercamiento hacia los padres, o a los abuelos. Las dos relaciones son convinientes.

Recuerde Sus Prioridades

Jack Cranfield, autor de Chicken Soup for the Soul, platica el siguiente cuento. Un vecino trataba de enseñar a su hijo de siete años, como guiar la máquina de cortar zacate. Mientras el padre le enseñaba al niño como voltear la máquina cerca de la orilla, la esposa le hizo una pregunta. Mientras él volteaba hacia su esposa para contestarle, el hijo dejó llevar la máquina por un hermoso jardín de flores, dejando una trayectoria de dos pies, rebanada hasta el suelo. Al voltear y ver lo sucedido, empezó a perder el control. Su esposa apresuradamente avanzó hacia él, le puso la mano sobre su hombro y le dijo, “Recuerda, estamos criando niños, no flores.” Cuando pierda control:

- **Espera.** Cálmesese. No deje que su temperamento lo controle.
- **Vea y escuche.** ¿Qué es lo que verdaderamente está pasando aquí? ¿Por qué? ¿Qué es lo que su nieto tiene que aprender?
- **Piense.** ¿Qué puede hacer para ayudar a su nieto aprender?
- **Actúe.** Ponga su plan en acción. Confíe en sí mismo.

En temporadas de tensión, es preciso que los abuelos se acuerden de sus prioridades. Cuando las hay, el auto-estima y el amor florecerán en nuestros nietos, más hermosos que cualquier jardín.

Síndrome de Niño Selectivo

Los niños temen cosas nueva, y particularmente la comida es una de ellas. La mejor manera de asegurar que su nieto tenga una alimentación variada, es la de introducir las comidas cuando él está aprendiendo a comer. Por supuesto, para la mayoría de los abuelos, ya es muy tarde.

Aquí hay unas técnicas para que su niño selectivo pruebe nuevos alimentos. Sirva el alimento nuevo con comida que el niño ya conoce. Si su nieto no se lo come, ofrézcaselo de nuevo la semana entrante, y la siguiente. Toma unas diez veces para que el alimento sea conocido. Al final, su nieto le hará la lucha sin que usted lo empuje.

Otra técnica, es de animar a su nieto que ayude a preparar la comida. Converse sobre el origen de la comida, cómo se ve, y cómo sabe. Déle un nombre interesante al alimento; le podría llamar a la fruta, kiwi, comida de los “Teenage Mutant Ninja Turtles”.

Los niños aprenden por el ejemplo, si usted quiere que su nieto coma su alimento, usted necesita comerlo con él, especialmente si es algo nuevo. De cualquier manera, a pesar de cuánto intente introducir un alimento nuevo, no todo le gustará. A resumidas cuentas, que tampoco a los adultos nos gusta todo.

Para inspiración ... La mayoría de los niños escuchan lo que usted dice, algunos niños hacen lo que usted dice, pero todos los niños hacen lo que usted hace.

Anónimo

Para mas información vea el sitio web Texas AgriLife Extension Service Grandparents Raising Grandkids:
<http://grandparentsraisinggrandkids.tamu.edu>

El permiso se concedió por el Dr. Sam Quick, Human Development and Family Relations Specialist, Kentucky Cooperative Extension, para adaptar este material para el uso de Texas AgriLife Extension Service. Adaptado por la Dra. Judith L. Warren, Gerontology Specialist; y la Dra. Dorothy James, Family Life Specialist (jubilada), Family Development and Resource Management, Texas AgriLife Extension Service, The Texas A&M System, College Station, Texas.

Los programas educativos de *Texas AgriLife Extension Service* están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, discapacidad, religión, edad u origen nacional. Cooperan el Sistema Universitario Texas A&M, el Departamento de Agricultura de los EE.UU. y las Cortes de los Comisionados de los Condados.