

LA GUÍA DE PADRES

Todos los padres quisiéramos que nuestros hijos crecieran sanos y felices

Deseamos que nuestros hijos lleguen a ser adultos responsables, satisfechos, amorosos y felices; intentamos darles la mejor formación, pero a veces no sabemos cómo hacerlo.

Para criarlos y educarlos tenemos que prepararnos, ampliar nuestros conocimientos, reflexionar sobre nuestros valores, pensar qué ejemplo les damos y encontrar la mejor manera de apoyar el desarrollo de sus sentimientos, habilidades y virtudes.

¿Por qué publicar la Guía?

Los padres necesitamos cada vez más conocimientos para cumplir de manera adecuada uno de los trabajos más importantes y complejos que hemos de realizar: la educación de nuestros hijos. La Guía intenta contribuir a la satisfacción de esta necesidad.

Saber más sobre el sentido de la educación, sobre las distintas formas de animar a los niños a usar su inteligencia, a relacionarse con otras personas y a expresar sus sentimientos y su creatividad nos ayuda a actuar con mayor eficacia y a sentirnos satisfechos como padres.

Los libros son fuente de información y un estímulo para reflexionar. Nuestro criterio se amplía, se enriquece y se nutre con las ideas de los demás. A lo largo de los años, muchos educadores han estudiado cómo son los niños, cómo actúan y se desarrollan, cómo aprenden, qué necesitan y de qué manera se relacionan con otros.

Lo que hoy se sabe acerca del aprendizaje y el desarrollo infantil nos invita a revisar nuestras ideas y prácticas educativas. Sabemos que la formación de la personalidad y de las capacidades intelectuales comienza desde el seno materno, que las emociones influyen de manera muy importante en el rendimiento escolar; que el aprendizaje no se recibe pasivamente sino que se construye a partir de las experiencias y de las relaciones con las personas; que el niño necesita el cariño, el estímulo y el apoyo permanente de sus padres. Sabemos que existen diferentes maneras de guiar y de estimular a los niños, de hacerlos sentir seguros y contentos consigo mismos.

La Guía recoge los descubrimientos y experiencias de algunos educadores y los ofrece a los padres para que aprovechemos lo que nos parezca útil, para que intentemos disfrutar más de nuestros hijos y ser mejores acompañantes en su camino a la madurez durante los años clave de su formación.

La Guía: lo que sí es

Esta Guía tiene como objetivo ofrecer a los padres un instrumento que ayude a aclarar algunas ideas y sentimientos sobre la tarea de educar, a comprender mejor a los hijos y a construir un ambiente en el que todos los miembros de la familia convivan en armonía.

Pretende darnos herramientas para promover la unión y los valores familiares, para fortalecer el diálogo y lograr una relación de confianza, respeto, aceptación y cariño entre padres e hijos.

La Guía presenta opciones para que cada padre y madre tomemos lo que nos sea útil, para que ensayemos maneras

nuevas de actuar que faciliten nuestra labor educativa y nos permitan aprender junto con nuestros hijos.

La Guía ofrece algunas orientaciones para ayudarnos a observar y escuchar con atención y respeto a los niños y niñas, y nos da sugerencias para proporcionarles los estímulos y el apoyo que necesitan a medida que crecen. Sugiere actividades sencillas que podemos realizar para convertir el espacio familiar en un sitio interesante, divertido, seguro e inspirador para todos.

La Guía: lo que no es

La Guía no es un sustituto del criterio de los padres ni un recetario para aplicarse al pie de la letra. No existe un libro con la solución a todas las situaciones que viven las familias y seguramente no existirá nunca. Nadie tiene todas las respuestas. Además, los padres actuamos siguiendo nuestros impulsos personales, costumbres y conocimientos y decidimos lo que hay que hacer en cada caso según las circunstancias, las necesidades y la personalidad de nuestros hijos.

La Guía no trata sobre la atención de la salud, la alimentación o la higiene de la niña o el niño. El médico o la institución que los atiende debe hacer el seguimiento de su evolución y recomendar los cuidados, las vacunas y la alimentación que necesitan en las distintas etapas de su desarrollo. La Guía tampoco se refiere a las necesidades especiales y específicas de los niños con alguna limitación o discapacidad, ni a problemas graves como el maltrato o el abuso. Estos temas deben atenderse con ayuda profesional.

Cuando contemplamos el panorama completo del desarrollo del niño o la niña, comprendemos mejor el sentido de los retos y logros de cada etapa. La personalidad del niño es sumamente compleja. Integra aspectos muy diferentes: físico, emocional, intelectual, social, creativo y espiritual. Los padres tenemos que atender cada uno de ellos y saber que se relacionan, se entrecruzan unos con otros y se desarrollan juntos.

La Guía trata los distintos elementos de la personalidad del niño y los presenta en tres apartados: Aprender a vivir juntos, Aprender a conocer y a hacer, y Aprender a ser.

En el desarrollo del niño, los aprendizajes incluidos en estos tres apartados constituyen una unidad indivisible, sin embargo, cada uno tiene sus particularidades y, para comprenderlos mejor, conviene tratarlos por separado.

La Guía es una invitación a ampliar nuestros conocimientos y a reflexionar sobre los distintos temas para saber qué esperar y decidir qué hacer a medida que crecen los niños. Si entendemos mejor y ponemos atención a los avances de nuestros hijos, podremos prestarles la ayuda necesaria en cada momento y prepararlos para que ellos sigan avanzando y aprendiendo por su cuenta durante toda su vida.

Esta guía está dedicada a los padres de niños pequeños, desde que nacen hasta los 5 años de edad

La Guía describe el proceso de desarrollo del niño y lo que podemos hacer para favorecerlo. Las etapas de desarrollo se describen de manera general, pero como cada niño es diferente, los padres hemos de considerar la información simplemente como una ayuda para aprender a observar a nuestro hijo y comprender sus procesos individuales de crecimiento.

CÓMO USAR LA GUÍA

La Guía de Padres está compuesta por tres apartados:

1. Aprender a vivir juntos
2. Aprender a conocer y a hacer
3. Aprender a ser

Cada apartado incluye una introducción y varios capítulos.

La estructura de los capítulos intenta inducir una actitud activa en los padres al leer la Guía.

Los capítulos incluyen varias secciones: ejercicio, información y recomendaciones.

Todos los capítulos se acompañan de ilustraciones.

Ejercicio de reflexión

Al principio de cada capítulo, se plantea un ejercicio de reflexión con preguntas y algunas sugerencias para ayudar a tomar conciencia de las propias actitudes, maneras de reaccionar, información e ideas acerca de la educación y el desarrollo del niño.

Como no se trata de un examen y las respuestas no son correctas o incorrectas, ni tienen que entregarse a nadie, se sugiere contestar con la mayor verdad y honestidad posibles, y hacerlo antes de leer el texto del capítulo.

EJERCICIO DE REFLEXIÓN

1.- ¿Qué significa para usted ser madre? ¿Ser padre? ¿Qué hace para disfrutar la convivencia con su bebé?

2.- Por lo menos una vez al mes, anote en una libreta los avances de su niño, sus "gracias" y sus momentos difíciles. También escriba cómo se siente usted ante todo esto.

Estas notas le servirán más adelante, pues a su niño le encantará que le platique qué hacía cuando era bebé, además, a usted le ayudarán a tener más claros sus sentimientos y actitudes

Información

Después del ejercicio de reflexión se presentan algunas ideas y reflexiones sobre el tema.

Es pertinente aclarar que cuando la Guía habla del "niño", la intención, desde luego, es incluir a los niños y a las niñas, pero también facilitar la lectura y no cansar a los lectores con la continua aclaración. Cuando es necesario precisar, o se tratan temas relacionados con las diferencias de género se hace la distinción expresa.

La alegría de recibir en los brazos a su hijo recién nacido cambia para siempre la vida de los padres. Por primera vez, somos responsables de la existencia de otro ser humano. Criar y educar a nuestro hijo puede ser una de las tareas más divertidas, emocionantes y gozosas, pero también uno de los más grandes desafíos. El pequeño depende, incluso para sobrevivir, de nuestros cuidados y de nuestro amor.

Recomendaciones

Al final del capítulo, se encuentra una lista de sugerencias que se consideran convenientes.

No todas las recomendaciones se pueden aplicar al mismo tiempo. Quizá sea conveniente escoger una o dos, probarlas, y después tomar otras dos.

Pruebe algunas de las siguientes recomendaciones

- ✓ Aprenda a observar a su niño y atienda sus necesidades.
- ✓ Siga al niño que lo quiere, cargarlo y decirle.
- ✓ Atención a su bebé siempre que éste trata de averiguar por qué está llorando y responda inmediatamente.
- ✓ Atención la más que pueda a su bebé. Aprenda la hora del baño, de la comida y del cambio de pañales para pagar con el cuidado y cariño.
- ✓ Dile que se preocupe y pida ayuda cuando lo necesite.

Ilustraciones

Los dibujos destacan las principales ideas del capítulo.

✓ Ser padres implica estar preparados para la generosidad



Se sugiere comentar las ideas de la Guía con la pareja o con alguna persona de nuestra confianza; también formar grupos de discusión con otros padres.

Compartir nuestros puntos de vista, dudas e inquietudes, así como reflexionar juntos, nos reconforta y nos enriquece.

ALGUNAS REFLEXIONES SOBRE LA FAMILIA

La familia recibe al niño o niña cuando llega al mundo. Gracias a su familia —la madre, el padre, las personas que lo atienden—, el bebé satisface sus necesidades y logra sobrevivir. Su familia lo alimenta, lo cuida, lo protege; le da seguridad, confianza y cariño; lo guía, le enseña, lo estimula y lo educa. La familia hace sentir al niño que pertenece, que tiene un lugar propio y que es único y valioso.

La familia, ese pequeño grupo de personas que comparten un hogar y una visión del mundo, es el modelo fundamental del niño, es su primera y más importante influencia. A través de la convivencia diaria le transmite —directa e indirectamente, consciente e inconscientemente— sus costumbres, creencias, maneras de actuar, de pensar, de resolver conflictos, de relacionarse.

Nuestro hijo va a enfrentar la vida, en gran parte, con los recursos que logre obtener en la niñez. Sus logros se apoyarán en la confianza y seguridad en sí mismo que le ayudemos a desarrollar, en los conocimientos y destrezas que vaya adquiriendo con nuestro estímulo, en la habilidad de decidir y de ser responsable que sepamos alentar, en su autonomía, en los valores que asimiló, en el afecto que recibió y aprendió a dar, en su capacidad de relacionarse con otros, de compartir y de ser solidario.

Cada familia es diferente

Las familias son distintas según las personas que las forman y las condiciones de cada una. Una familia puede estar formada por una mamá y un hijo; un papá, una tía y una hija; una abuela y un nieto; un papá, una mamá y varios hijos, una pareja con hijas o hijos adoptados, una pareja sin hijos, etcétera. Hay familias grandes o pequeñas; algunas se reúnen con frecuencia y otras se ven de cuando en cuando; algunas organizan fiestas, otras se platican historias o se ayudan cuando es necesario; algunas se pelean por cualquier asunto y otras prefieren no hablar de los problemas que les afligen.

En algunas familias las personas encuentran difícil resolver sus desacuerdos; otras tienen mayor capacidad de reconocer los conflictos, enfrentarlos y solucionarlos por medio del diálogo, de aceptar sus diferencias y enriquecerse con ellas. Para algunas familias es natural expresar los sentimientos y escuchar a los demás, se sienten bien al demostrar su afecto a través de caricias y palabras cariñosas; otras familias son más reservadas, las manifestaciones afectivas no les resultan cómodas y buscan mostrar su amor de maneras distintas. Todas las familias son valiosas y todas pueden mejorar su funcionamiento. En cualquier tipo de familia los niños tienen el derecho y también la posibilidad de crecer felices, de aprender y de desarrollar sus capacidades.

Ninguna persona es perfecta, las familias tampoco lo son. Todos sufrimos limitaciones en nuestros conocimientos y recursos, a veces nos equivocamos o perdemos el control, pero todos tenemos también la capacidad de superar los errores, el cansancio o el enojo, de aprender nuevas formas de convivir con los demás y de ser solidarios.

Lo que importa es que quien quiera que sea la persona adulta encargada de la educación de los niños en una familia, seamos conscientes de la trascendencia de nuestro papel como educadores y nos ocupemos de nuestros niños con inteligencia, respeto y sobre todo con amor.

Así como las personas evolucionan, las familias también van cambiando

Las familias pasan por diversas etapas: funcionan de manera diferente cuando los hijos son pequeños, cuando entran a la escuela o llegan a la adolescencia. Todas las personas y las familias necesitan detenerse en el camino de cuando en cuando para reflexionar sobre las nuevas circunstancias que se van presentando y modificar, si es conveniente, su modo de actuar y relacionarse.

En cada etapa, nuestro hijo o hija requiere distintos cuidados, ayuda, atención y guía que van transformándose a medida que madura y se hace independiente. En cada etapa también nosotros vamos cambiando y hemos de satisfacer nuestras necesidades personales al mismo tiempo que fortalecemos los vínculos familiares y encontramos nuevas formas de compartir y apoyarnos unos a otros.

Los padres enseñamos a los hijos con nuestra propia vida. El trabajo principal de los padres en la educación de nuestros hijos e hijas es el que hacemos sobre nosotros mismos; lo que les transmitimos es lo que somos en verdad.

Los niños aprenden normas, valores y comportamientos cuando observan nuestra forma de actuar, de tratarnos unos a otros, de expresar nuestros sentimientos, de poner límites y atender las necesidades de los demás, de manifestar cariño, de hacernos responsables y comprometernos con otros y con la comunidad. Ser el modelo de nuestros hijos supone una gran responsabilidad y un esfuerzo constante; nos exige revisar las creencias y costumbres que han pasado de generación en generación hasta llegar a nosotros, cuestionarlas con sentido crítico y arriesgarnos a buscar una mejor manera de vivir. Muchas veces tendremos que superar dificultades, desafiar personas, controlar impulsos. Para lograrlo, se requiere un gran amor a nuestros hijos y tener muy claro lo que queremos lograr con su educación. Los ideales orientan nuestros pasos y nos dan fuerza para seguir luchando.

Es necesario tomar una decisión ante las dificultades de todo tipo que vivimos los padres, ante el agotamiento, el fracaso o la tristeza. O nos dejamos vencer por las circunstancias o bien mantenemos en la mente y el corazón nuestros anhelos y valores, y aprovechamos los obstáculos para crecer y para dar a nuestros hijos un ejemplo de valentía, de esperanza, de amor. Esta Guía propone actitudes, acciones y soluciones que parecerían no tomar en cuenta las complicaciones de la vida cotidiana y las condiciones difíciles que padecen las familias.

Y sin embargo, estas sugerencias han surgido de la experiencia de muchos padres que, como todos nosotros, han enfrentado problemas serios y se han equivocado muchas veces. Al ser conscientes de sus errores y tratar de corregirlos, ellos encontraron maneras útiles y benéficas de relacionarse con sus hijos y apoyarlos en su proceso de desarrollo.

Quizá no siempre sea posible llevar a cabo las sugerencias aquí planteadas, pero sostener una aspiración y entender que lograrla en alguna medida significa dar a nuestros hijos una vida más plena y más feliz, nos puede dar el aliento suficiente, no para ser perfectos, pero sí para intentar ser mejores padres cada día.