



## NIÑOS DESOBEDIENTES O PADRES SIN RECURSOS

La preocupación por la obediencia de los hijos es un tema bastante recurrente en las consultas de psicología infantil. Cuando el niño no quiere seguir las órdenes que se le dan, se crea una situación exasperante y frustrante para los padres. Al finalizar el día, éstos se encuentran cansados de repetir, discutir, consentir o regañar. Cuando hablamos de *problemas de conducta* en niños, es inevitable pensar en niños desobedientes o en padres con falta de autoridad sobre sus hijos.

A menudo los niños caen en la costumbre de ignorar las órdenes porque saben perfectamente bien que éstas se repetirán varias veces antes de que tengan que responder. Han aprendido el tiempo exacto que tardan sus padres en enfadarse lo suficiente para obligarlos a obedecer. También saben cuándo los padres probablemente desistirán y harán por sí mismos la tarea que se les ha sido ordenada. Ocasionalmente, no obstante, la falta de respuesta es pura rebeldía y a veces se produce porque se pide demasiado, demasiado rápido y no se expresa con la suficiente claridad.

Esto nos hace reflexionar sobre el tipo de padres que queremos ser: ¿Queremos ser los padres castigadores temidos por nuestros propios vástagos o por el contrario queremos enseñarles conductas que vayan interiorizando y se vayan convirtiendo en su repertorio cotidiano?

Sea como fuere, un niño que desafía a sus padres, que reta cualquier orden que le den no es fácil de cambiar. Y ahí quizás esté la cuestión. No es el niño el que debe cambiar sin más, sino nuestra forma de hacer las cosas con él/ella.





Si su hijo/a comprende las órdenes, pero obedece raramente, intente seguir las siguientes pautas que se han demostrado eficaces

**Anticipar:** Háblales de lo que va a suceder y de lo que se espera de ellos en cada momento para que no haya lugar a dudas. Por ejemplo, *"después de clase vamos a ir al supermercado, acordaos que no es un parque y no se puede correr por los pasillos"*.

**Ser claro y conciso:** Los padres frecuentemente, cuando ordenan algo, pueden no darse cuenta de que dan muchas cosas por sentadas. Un niño no puede saber lo que *"limpia tu habitación"* significa para sus padres. Su concepto de "habitación limpia" puede no coincidir con lo que sus progenitores esperan. Los padres deben definir lo que piden a los niños/as con palabras sencillas y comprensibles, limitando el número de demandas; Es conveniente dar al niño solo el número de órdenes que pueda recordar. Cuando haya cumplido esas, añada más si es necesario. Si los padres quieren que el niño limpie su habitación, por ejemplo, dígame cómo hacerlo paso a paso: *"Recoge los juguetes, guárdalos. Cuelga tu ropa"* etc... Más adelante, cuando el niño conoce ya el quehacer, hará falta tan solo: *"Por favor, ve y limpia tu habitación"*.

**Pensar antes de hablar.** No se le puede brindar al niño una elección como: *"¿Quieres limpiar la habitación ahora?"*, si no se quiere oír *"No quiero"*. Es posible ser firme sin ser dictatorial y se puede utilizar la motivación, como, por ejemplo, *"Apuesto a que puedes hacerlo en un minuto"*

**Dar opciones.** Dejar a los niños tomar algunas decisiones, no de forma totalmente abierta, sino planteándole dos opciones. Ejemplo: *"Vamos a salir de paseo, ¿quieres ponerte los zapatos azules o los negros?"* De esta forma no le estamos dando la orden de *"ponte los zapatos que nos vamos"* que es contra la que se revela el menor. Le estás dando a elegir, dentro de unos límites, cosa que al niño le agrada.

**Obtener la atención del niño/a:** A menudo los niños están tan sumergidos en sus actividades que, en realidad, no oyen lo que se les dice. Para evitarlo, los padres deben asegurarse de que el niño sabe perfectamente lo que se le ha dicho y conviene mirarle a los ojos mientras se le está pidiendo algo. Pídale que repita las órdenes y, después, que interprete lo que significan. Esta



táctica es de utilidad sobre todo si el niño tiene poca capacidad de atención y se distrae fácilmente. Es importante asegurarse de que cada vez que se dan órdenes, éstas se cumplen y así el niño no adoptará el comportamiento de ignorar a los padres. Por otra parte, se ha de evitar pedirle cosas innecesarias.

**Dar ejemplo:** No podemos decirle a nuestro hijo/a que no grite si nosotros le gritamos. O que no se pega, si utilizamos la violencia contra él/ella. Pues es tan contradictorio que es imposible que aprenda lo que le decimos en lugar de lo que ve.

**Crear rutinas:** Las rutinas ayudan a crear hábitos de forma casi automática; solo siendo constantes. Podemos comenzar cuando el niño/a es muy pequeño como **juego**. La mayoría de las órdenes no requieren mucho tiempo para ser llevadas a cabo, a veces menos del que se pierde discutiendo acerca de las mismas. Si se empieza pidiendo al niño/a que ayude mientras aún es muy pequeño, éste considerará estos quehaceres como una cosa normal de su vida cotidiana. Más tarde, se pueden hacer juegos en el momento apropiado, como decir: *"¿Cuánto tiempo crees que tardarás en hacerte la cama? Preparados, listos, ¡ya! Fantástico, sólo has tardado cuatro minutos. Eres un ayudante rapidísimo. Ahora puedes irte a jugar"*. De este modo se enseña a un niño de manera positiva que ayudar no quita mucho tiempo.

**Supervisar:** La mejor manera de asegurarse de que el niño/a cumple las órdenes correctamente es controlarlo mientras el niño/a hace la tarea, pero siempre de forma útil y positiva. Si se prefiere se pueden efectuar inspecciones cuando el niño ha terminado la tarea. El objetivo es no encontrar defectos, aunque los padres deben asegurarse de que han seguido las órdenes sin convertirse en un antipático sargento.

**Elogiar:** Creemos firmemente que la clave para alentar al niño a seguir las órdenes de forma eficaz es ser positivo: se ha de actuar esperando que el niño obedezca y cuando lo haya hecho, dar una respuesta positiva. *"Gracias por darme las gafas. Te lo agradezco mucho"* *"Hiciste un buen trabajo limpiando tu habitación"* *"Has guardado todos tus juguetes y libros y has ordenado el armario. Lo has hecho muy bien."* Cuando sea posible, es conveniente asociar un quehacer bien hecho a una actividad que al niño le guste. Alternar el trabajo con la diversión.



**La falta de respuesta ha de tener consecuencias:** Evitar, en la medida de lo posible, los castigos y amenazas. Suele ser difícil porque éstos suelen funcionar y hacer que el niño/a responda, por miedo básicamente, pero sólo a corto plazo y con un coste muy alto: los hijos aprenden a evitar el castigo por temor, pero no interiorizan la conducta que queremos que aprendan con responsabilidad.

Si a pesar de las pautas dadas el niño/a sigue desobedeciendo, podemos utilizar las siguientes técnicas que se han demostrado útiles

**1. Las tres llamadas de atención:** Si a pesar de las medidas anteriores el niño persiste en su actitud de no hacer caso, le llamaréis la atención un máximo de tres veces. La primera vez le recordaréis la orden, la segunda llamada la haréis con más contundencia, la tercera y última, le anticiparéis las consecuencias si no obedece.

**2. Obligar:** Cuando no ha atendido a las llamadas de atención, acudiréis y le obligaréis a lo que le habéis mandado: recoger, ordenar, ir a cenar...

**3. Reprimenda:** Cuando desobedecer tiene una consecuencia negativa, le daréis una reprimenda breve y contundente, recordándole cuál es la norma.

**4. Retirada de privilegios:** Cuando la desobediencia es muy reiterativa, le podéis retirar algún privilegio: por ejemplo, retirarle un juguete o una actividad que le guste. La tenéis que aplicar lo antes posible. El tiempo de



retirada debe ser breve: por ejemplo, retirarle un juguete durante una hora, en niños pequeños, o una tarde, en más mayores, y será más fácil de cumplir por vuestra parte.

**5. No "premiar" la desobediencia:** El niño no puede aprender que con su mal comportamiento e insistencia consigue cambiar vuestras decisiones como padres. Si el niño desobedece y se sale con la suya, estaréis "premiando" su mal comportamiento y aumentará la probabilidad de que vuelva a hacerlo en una situación similar.

**6. Ser coherentes:** Es importante que los hijos vean que los padres sois coherentes con las normas. Si decimos que "no", tiene que ser "no". Debe de haber acuerdo entre la pareja, los niños/as deben recibir el mismo mensaje de papá y de mamá; si existen discrepancias no debéis mostrarlas delante del niño.