



## ¿CÓMO BUSCAR UNA RAZONABLE FELICIDAD FAMILIAR?

1. Deje que sus hijos le enseñen a ser alegre y divertido.
2. Establezca reuniones familiares para resolver las dificultades.
3. Piense y planifique la diversión.
4. Busque tiempo para la diversión.
5. Celebre cada nuevo día. Esfuércese por buscar razones para estar agradecido /a.
6. Utilice pensamientos positivos para reemplazar el escepticismo y la autocrítica.

*“Cuando nací, mi padre era un ser que a veces aparecía para aplaudir mis últimos logros.*

*Cuando me iba haciendo mayor, era una figura que me enseñaba la diferencia entre el mal y el bien.*

*Durante mi adolescencia, era la autoridad que ponía límites a mis deseos.*

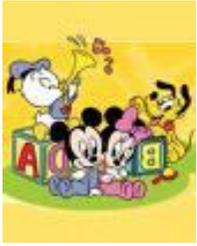
*Ahora, que soy adulto,  
es el mejor consejero y amigo que tengo”*

# ESCUELA DE PADRES (Curso 2012/13)



## Problemas normales de la Infancia

UNIDAD DE ORIENTACIÓN  
CEIP “PARQUE DE LA MUÑECA”  
(Guadalajara )



**M**uchos de nosotros crecimos en hogares con padres que creían que su misión era hacer que sus hijos les obedecieran. En ocasiones este sistema funcionaba, pero muchas otras veces acarrea problemas.

**D**esde la orientación de la psicología infantil, como padres, debemos incorporar estrategias de modificación de conducta y enseñanza impregnadas de amor, diálogo y firmeza para la educación de nuestros hijos.

**P**or eso pretendemos ofrecer unas pautas sencillas de actuación ante los problemas normales de la infancia.

### LLOROS



✓ Ignore el lloriqueo. Los niños suelen hacer cosas que sacan de quicio a sus padres con el fin de atraer su atención. Si usted **admite los lloros** está reforzando esa conducta.

- ✓ Nunca acceda a una petición que vaya acompañada de lloros.
- ✓ Dígale que vuelva a pedirlo más tarde pero en un tono normal.

### DRAMA DE IRSE A LA CAMA

- Piénselo antes y deje que su hij@ participe de crear una rutina para que se acueste.
- Ignore cualquier protesta o táctica de retraso.
- Deje bien claras sus expectativas.



### PELEAS



- No haga caso del alboroto y del drama.
- Deje bien claro lo que espera de ellos.
- Mándelos a tranquilizarse en habitaciones separadas.
- Permita que sus niños participen a la hora de establecer reglas básicas en el tema de las peleas.

### CONTESTACIONES INDEVIDAS

- No corresponda con el enfado al enfado de su hijo
- Hágale saber que su comportamiento es inapropiado.
- Explíquele lo que usted espera de él /ella.
- Propóngale un tiempo de reflexión para dejar que los ánimos se enfríen.
- Al cabo de un rato, siéntese con él /ella y hágale sobre la necesidad de establecer algunas reglas relacionadas con este tema.



### HABITACIÓN DESORDENADA



- No regañe.
- Deje claras sus expectativas
- Ofrezcale incentivos.
- Haga participe a su hijo de determinar la recompensa por mantener su habitación ordenada y limpia; así como las consecuencias de que esté desordenada.