



## Quiere Hacer las Cosas a Su Manera

**Categoría:** Independencia

### Comportamientos Relacionados

- Impaciente
- Demandante

### Qué Hacer:

**Hable consigo mismo.** Dígase a sí mismo, “No me gusta cuando mi hijo se pone de malas cuando no obtiene lo que quiere inmediatamente, pero puedo lidiar con esto. Le enseñaré cómo ser paciente y cómo lidiar con su frustración. Él puede practicar hablar positivamente consigo mismo, así como yo lo estoy haciendo.”

**Empatía.** Pregúntese, “¿Cuántas veces me he frustrado/a porque yo tenía que esperar para hacer las cosas a mi manera? ¡Muchas! Así que, yo entiendo que es aún más difícil para mi hijo lidiar con esto. ¡Él no ha aprendido la paciencia y piensa que todo el mundo debe de hacer lo que él quiere cuando él lo quiere!”

**Enseñe.** Dígase a sí mismo, “Yo puedo ayudar a mi hijo a aprender a lidiar con la frustración y a no hacer las cosas a su manera todo el tiempo.”

**Ayude a su hijo/a a aprender empatía.** Cuando su hijo demanda que las cosas sean a su manera, pregunte: ¿Cómo crees que me siento cuando me gritas para tener lo que quieres? ¿Cómo te sentirías si te exigiera que hagas todo lo que quiero que hagas inmediatamente? Se siente mejor esperar calmadamente por lo que queremos en vez de alzar la voz o gritar por eso. Esos sentimientos de enojo son difíciles de lidiar – se siente mejor ser paciente, ¿cierto?

**Practique hablar consigo mismo positivamente.** Cuando su hijo demande a ir afuera “¡AHORA!”, enséñele a decirse a sí mismo: quiero ir afuera ahora, pero no es el fin del mundo tener que esperar. Puedo lidiar con no ir afuera ahora. No quiero esperar, pero está bien.” ¡Practique con él diciendo esas palabras – ambos pueden aprender a cómo calmarse mismo cuando estén molestos!

**Elogie la paciencia.** Cuando su hijo sea capaz de esperar obtener lo que quiere, aunque sea por unos minutos, diga, “estás siendo tan paciente. Gracias por esperar tan calmadamente para que tu papá llegue a casa antes de que puedas ir a jugar con la pelota.”

**Utilice la Regla de la Abuela.** Si su hijo está gritando, “¡vamos, vamos, vamos al parque!” simplemente diga que tiene que hacer para satisfacer sus deseos. Diga,

“Cuando hayas puesto los libros en el librero, entonces iremos al parque.” Hacer que haga lo que necesita hacer antes de hacer lo que quiere, es una habilidad importante de la vida que ayudará su hijo hacer la tarea antes de ir a jugar, por ejemplo. Usted puede reforzar esta lección al seguir la Regla de la Abuela usted mismo. Diga, “Cuando termine de poner la ropa en la lavadora, jugaré contigo.”

**Evite decir “No” si usted puede decir “Sí”.** A menudo puede decir “Sí” a las demandas de su hijo al usar la Regla de la Abuela para enseñarle a su hijo como obtener lo que él quiere. Si su hijo quiere una manzana, diga, “Sí, cuando te laves las manos, entonces podrás tener una manzana.”

#### **Qué no hacer:**

**No demande que su hijo/a haga algo “Ahora”.** Demandando que su hijo haga inmediatamente lo que usted quiere, contradice la lección que está tratando de enseñar. Si no quiere que él demande de resultados inmediatos, usted no lo haga.

**No se rinda a las exigencias.** A pesar de que su hijo puede quejarse y gemir durante el tiempo de espera, asegúrese de que sepa que está subiendo al auto porque están listos y terminaron sus tareas, no porque se escapó de la puerta. Diga: “He terminado de lavar los platos. Ahora podemos ir.”

**No recompense la impaciencia.** No haga lo que su hija quiera cada vez que quiera a su manera. Aunque sea tentador postergar lo que está haciendo para satisfacer a su hija y evitar una batalla o berrinche, dejar que ella haga las cosas a su manera cuando ella se lo demanda solamente incrementa la probabilidad de que continúe a esperar hacer las cosas a su manera de manera inmediata y siempre.

Los autores y la Fundación Crianza con Amor y Límites se deslindan de cualquier responsabilidad por consecuencias dañinas, pérdida, heridas, o daño asociado con el uso y aplicación de información o consejo contenido en estas recetas y sobre este sitio. Estos protocolos son guías clínicas que deben ser usadas en conjunto con el pensamiento crítico y el juicio crítico.

©2018 Fundación Crianza con Amor y Límites

## Mente S.E.T.

Los primeros 3 pasos para resolver problemas de comportamiento

### **Háblese a sí mismo**

Primero, cálmese.

### **Empatía**

Segundo, póngase en los zapatos de su hijo.

### **Enseñe**

Tercero, enséñele a su hijo lo que quiere que haga.

## Recordatorios Alentadores

### **Seré paciente.**

La paciencia es la clave. Mi hijo aprende a ser respetuoso al ser tratado respetuosamente.

### **Práctica, práctica, práctica.**

Mi hijo aprende practicando lo que quiero que aprenda. Seré un maestro constante.

### **Centraré los elogios en el comportamiento de mi hijo.**

Mi amor y aceptación por él es incondicional ... es su comportamiento lo que quiero cambiar.

### **Seré positivo**

Evitaré las luchas de poder manteniendo mi tono de voz positivo. Mi hijo y yo somos un equipo, trabajando hacia el mismo objetivo.

### **Nunca es demasiado tarde.**

Siempre puedo comenzar a enseñarle a un niño un nuevo comportamiento.

### **No es el fin del mundo si cometo un error de disciplina.**

No existe tal cosa como un padre perfecto. Voy a regresar al camino correcto con las soluciones de enseñanza en *Behavior Checker*.

©2018 Raised with Love and Limits Foundation

“Fundación Crianza con Amor y Límites”