

Diez maneras de ser un mejor padre



Lo que está pasando

Los niños necesitan de ambos padres. Los padres que participan en las vidas de sus hijos pueden ayudarlos a tener vidas más saludables, felices y exitosas que las de aquellos niños cuyos padres se ausentan o no participan en sus vidas. Cuando los padres dedican tiempo a sus hijos, éstos tienen más probabilidades de sobresalir en la escuela, tener menos problemas de comportamiento y experimentar mejor autoestima y bienestar.

Lo que usted puede hacer

1 Respete a la madre de sus hijos. Cuando los niños ven que sus padres se respetan, es más probable que ellos también sientan que son aceptados y respetados.

2 Dedique tiempo a sus hijos. Si siempre está muy ocupado para encargarse de sus hijos, tarde o temprano se sentirán abandonados sin importar lo que les diga. Deje tiempo libre para dedicarse a sus hijos.

3 Gánese el derecho de ser escuchado. Empiece a platicar con sus hijos desde muy pequeños y hableles de muchas cosas. Escuche sus ideas y sus problemas.

4 Imponga disciplina, pero con amor. Todos los niños necesitan orientación y disciplina, pero no como un castigo, sino para establecer límites razonables y para ayudar a los niños a aprender consecuencias lógicas y naturales. Los padres que disciplinan a sus hijos de forma tranquila, justa y sin violencia demuestran su amor.

5 Sea un padre modelo. Quieran o no, los padres dan el ejemplo a sus hijos. Una niña con un padre cariñoso y respetuoso crece con la idea de que merece ser respetada. Los padres les enseñan a sus hijos las cosas importantes de la vida al demostrar humildad, honestidad y responsabilidad.

6 Sea un buen maestro. Los padres que enseñan sus hijos la diferencia entre el bien y el mal, animándolos a poner su mejor esfuerzo, se sentirán recompensados cuando sus hijos tomen buenas decisiones. Los padres involucrados usan ejemplos comunes y de todos los días para enseñar las lecciones básicas de la vida.

7 Coma con la familia. Comer en familia puede ser una parte importante de una vida familiar saludable. La comida con la familia da a los niños la oportunidad de hablar sobre sus actividades, y los padres, a su vez, pueden escucharlos y aconsejarlos.

8 Lea con sus hijos. Lea con sus hijos desde pequeños. Cultivar el amor por la lectura es una de las mejores formas de asegurar que tengan una vida rica y llena de posibilidades personales y profesionales.

9 Demuestre afecto. Los niños necesitan sentirse seguros sabiendo que son queridos, aceptados y amados por su familia. Demostrar afecto diariamente es la mejor forma de dejar saber a sus hijos que los ama.

10 Comprenda que el trabajo de un padre nunca termina. Aun después de que los niños crezcan y se vayan de casa seguirán respetando los consejos y la sabiduría de sus padres. Un padre es para todo la vida.

Adaptado del National Fatherhood Initiative (<http://www.fatherhood.org/>).