

# Obediencia Obediencia

La obediencia es un comportamiento que no aparece por generación espontánea... Lograr cambios de conducta y hábitos adecuados no es un proceso fácil, ni repentino. Los padres debemos tener en cuenta que nuestra propia capacidad de persuasión y afecto, así como unas pocas habilidades y estrategias son el arma más efectiva para la obediencia. En ocasiones, algunas actitudes paternas revelan que se han declarado vencidos demasiado pronto. Mira esta escena...



Con frecuencia, nos quedamos atónitos ante la falta de seguimiento de nuestras instrucciones.

La simple comprobación de una conducta inadecuada del niño, suele llevar a que los padres, desconcertados, pretendan averiguar los motivos del comportamiento impropio. Esto no hace

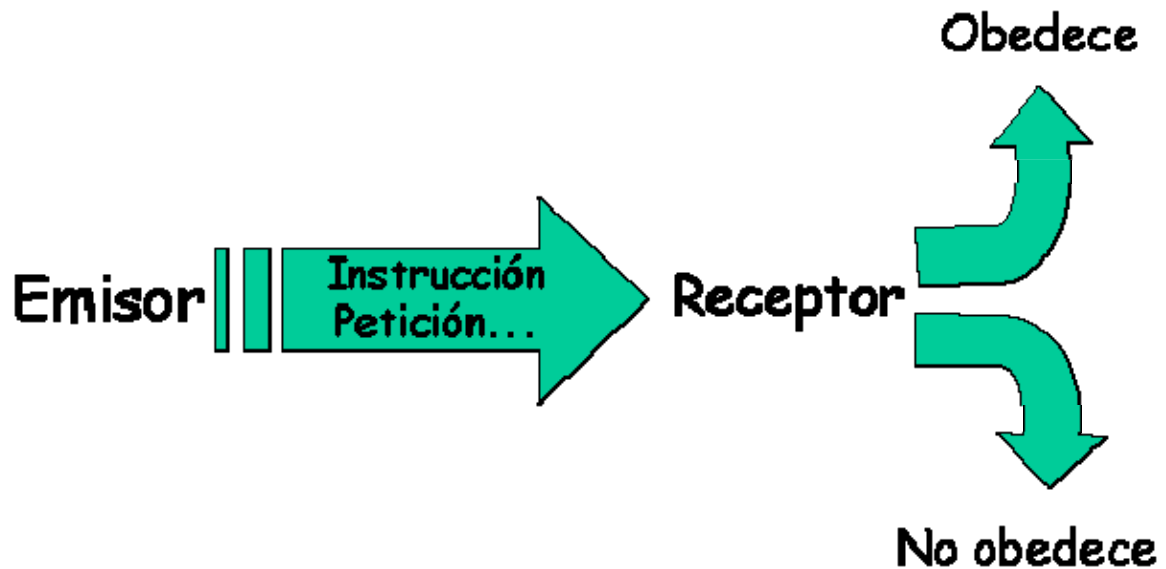


más que debilitar su posición, puesto que el niño no sabe o no quiere manifestar por qué actúa de este modo. Si se

persevera en esta actitud, en vez de educar se pasa a negociar de igual a igual, lo que es completamente inadecuado en una primera etapa.

Para saber qué podemos hacer para mejorar el comportamiento obediente de nuestros hijos, debemos antes de 'ver' con ojos especiales en qué consiste la obediencia.

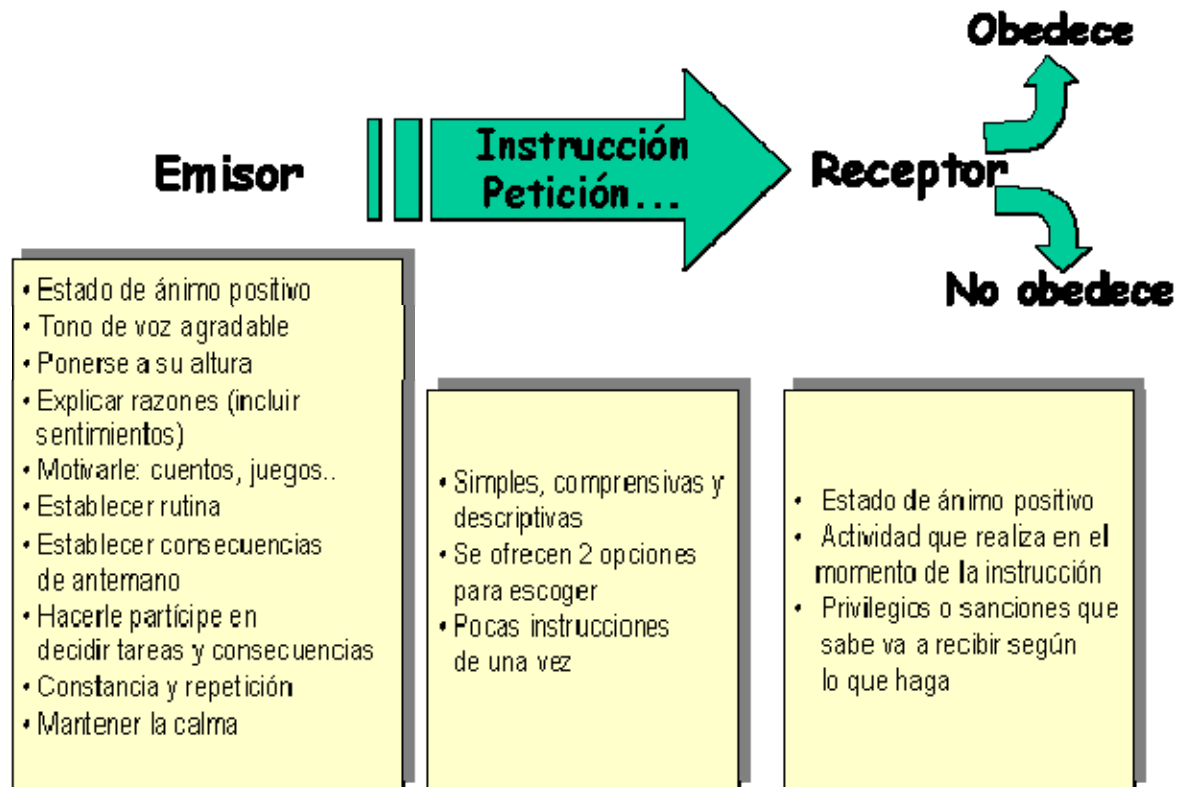
# Arquitectura para la obediencia



A fin de adentrarnos en la explicación, me gustaría que tuvieras en cuenta que para que ocurra una conducta obediente, es decir según lo esperado, están en juego distintos 'dispositivos': el emisor, la instrucción concreta y el que debe hacer la instrucción. Para que el resultado sea de obediencia o no, deben ocurrir una serie de condiciones en los tres puntos clave....

Seguro que puedes pensar ahora en alguna conducta obediente de tu hijo o hija que haya realizado recientemente... Trata de recordarla y analízala según estos componentes: quién dio la instrucción, cómo lo hizo, en qué estado de ánimo estaba, qué instrucción o petición fue, qué hacía tu hijo o hija (receptor) en el momento de la petición, en qué estado de ánimo se encontraba....

A continuación figura en esquema los elementos que 'ayudan' a producir una conducta obediente en cada uno de los componentes que dan lugar a este comportamiento deseado.



Sugerencias concreta para lograr que obedezca:

1. Crear rutina → es más fácil hacer algo que se debe hacer todos los días...
2. Utilizar Sistema de Fichas o puntos → establecer objetivos, premios a conseguir y forma de obtener los puntos...
3. Alabar y elogiar cualquier comportamiento obediente...
4. Contar hasta 5 en voz alta para que comprenda que estamos esperando que haga lo pedido...
5. Establecer consecuencias:
  - sanciones: retirada de privilegios y 'tiempo fuera'...
  - recompensas: elogiar, tiempo con él, lograr algo deseado tras varios esfuerzos (economía fichas)

Ante los diversos problemas que se pueden plantear con tus hijos, tienes a tu disposición unas pocas técnicas sencillas que suelen ayudar en la tarea educativa. Estas técnicas son eficaces si las utilizas sistemáticamente y en edades tempranas: de 4 a 12 años, teniendo en cuenta que hace falta un tiempo para que tu hijo se dé cuenta de que debe cambiar su comportamiento y para que tu te sientas segura o seguro con la técnica.



He aquí las **TÉCNICAS** más comunes y eficaces:

### **1. El disco rayado**

Para evitar entrar en discusiones inútiles y, por el contrario, mantenerte en tus objetivos, esta habilidad es muy útil. El nombre refleja el hecho de que utilizando esta estrategia sueñas como un disco rayado que sigue repitiendo siempre lo mismo, una y otra vez, hasta que logres la penetración y aceptación de tu mensaje.

Situación frecuente, con la que tal vez te identifiques:

Madre: "Luis, por favor, ¿puedes recoger tus juguetes? Están tirados por todo el cuarto".

Luis: "¿Por qué siempre tengo que recogerlos yo? Jaime nunca los recoge".

Madre: "Tu siempre dejas las cosas tiradas; él no".

Luis (enfadado): "¡Siempre la tomas conmigo!..."

Madre (molesta): "Eso no es verdad".

Luis: "Si es verdad... estás siendo injusta conmigo".

Madre: "Estás equivocado, no soy injusta".

OoOoOoOoOoOoO

Ahora observa la misma situación utilizando la técnica del disco rayado:

Madre: "Luis, por favor, ¿puedes recoger tus juguetes?"  
(argumento que expresa de forma concreta lo que quieres).  
"Están tirados por todo el cuarto".

Luis: "¿Por qué siempre tengo que recogerlos yo? Jaime nunca los recoge".

Madre (con voz tranquila): "Ese no es el tema. Yo quiero que tu recojas los juguetes". (Repetición.... disco rayado).

Luis: (calmándose): "Está bien, ya te escuché, ahora los recojo".

## 2. Banco de niebla

Esta estrategia busca conseguir que la discusión con tu hijo o hija no te saque de tus casillas, haciendo oídos sordos a sus actitudes y argumentos provocativos, cuya finalidad es hacer que perdamos el dominio de nosotros mismos y de la situación. El nombre hace referencia metafóricamente a lo que sucede cuando una persona o un barco penetra en un banco de niebla y queda aislado de lo que le rodea.

Veamos un ejemplo:

Luis: "¡Eres una mala!"

Madre (calmadamente): "Puede ser que a ti te parezca que soy mala" (banco de niebla).

Esta técnica combinada con la del 'disco rayado' es muy eficaz y logra que no reacciones a las críticas disuasorias de tu hijo o hija, evitando que seas desviado del objetivo que persigues. Con ello logras que responda a la orden.

Observa este ejemplo:

Madre: "Recoge los juguetes"

Luis: "Eres una mala. Siempre tengo que recogerlos yo"

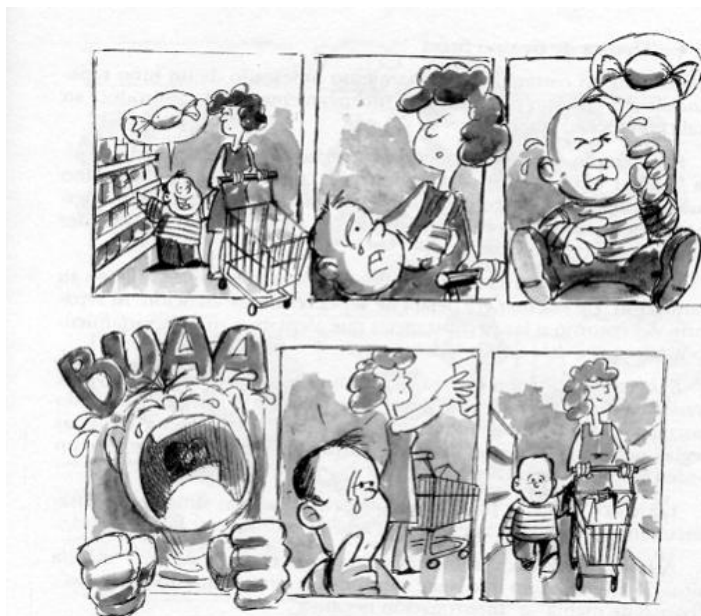
Madre (con calma): "Puede ser que tu creas que soy mala (banco de niebla), pero recoge tus juguetes" (disco rayado).

Luis: "Siembre te metes conmigo"

Madre (con calma): "Puede ser que tú creas que siempre me meto contigo (banco de niebla), pero recoge tus juguetes" (disco rayado).

### 3. Técnica de extinción

Un principio psicológico importante indica que todo estímulo que no es respondido termina por extinguirse o desaparecer. Podemos utilizar este importante fenómeno ante comportamientos inadecuados de nuestros hijos. No debemos olvidar, sin embargo, que inicialmente ante la falta de atención habrá una explosión de llanto para **forzar** una respuesta por nuestra parte, pero si estamos dispuestos a no ceder, el comportamiento desaparecerá. La clave está en tener la fortaleza de no ceder.





#### **4. Tiempo fuera**

Consiste en cortar el comportamiento indeseado de tu hijo separándolo del lugar o la situación donde se produce la mala conducta.

Una situación adecuada para utilizar esta estrategia sería la siguiente: un niño pequeño tira trocitos de pan durante la comida familiar. Sus hermanos le festejan la hazaña. La madre le ordena que deje de hacerlo, pero el niño, alentado por las risas de los hermanos que celebran su proceder, sigue lanzando proyectiles de pan a diestro y siniestro... La madre le ordena salir de la mesa y comer solo en su habitación por un período de tiempo... suele ser útil, utilizar como referencia un minuto por edad... por ejemplo, si el niño de esta situación tiene 5 años, deberá permanecer 5 minutos de 'tiempo fuera' en su cuarto para cortar el comportamiento.

A continuación te sugiero este....

**JUEGO MUY EFECTIVO (bueno... no es un milagro, funciona mejor en niños y niñas pequeños... hasta los 8 ó 9 años aproximadamente...)**

Conducta obediente: recoger los juguetes de su cuarto.

Estrategia: en la pared de su cuarto colgar el DIBUJO DE UNA ESCALERA con 7 peldaños. Cada día que cumpla la norma exigida, colocaremos una pegatina de color en cada escalón (cuanto más atractiva la pegatina mejor). Irá ascendiendo por la escalera y cuando haya llegado al último peldaño, conseguirá un premio.

Establecer premio a alcanzar y condiciones: si hay 5 pegatinas, salida a restaurante que le gusta, teatro, cine, visitar la casa de un amigo, patinar contigo.... El nivel de exigencia debe ser acorde con la edad. No conviene, al menos en principio, poner el listón de

'cumplimiento' en los 7 días... 5 días es razonable, porque es la mayoría de días de la semana.

Conducta problema: Estás en el supermercado con tu lista de la compra... pasas por la sección de juguetes y tu hijo o hija pequeño se encapricha de alguno... quiere que le compres algo. Tu sabes por experiencia que si te pilla "débil" y le compras el juguete o artículo que quiere, lo va a olvidar enseguida. Por otro lado, no quieres que cada vez que vayas al "super" te monte una "escenita"

Estrategia: En el momento que te pida que le compres algún "capricho" no le digas que no... no le des en ese momento argumentos lógicos y muy razonables... Busca una libretita, un cuaderno bonito (yo fui con mi hija a comprarlo en el momento que me pidió uno de sus caprichos) y dile que vais a hacer una cosa especial... lo vais a apuntar en el LIBRO DE LOS DESEOS. La clave es que a ese momento le pongas toda la magia posible, como si fuera algo especial... ponle un todo de voz misterioso. Ese libro de los deseos es algo único... va a recoger sus más increíbles deseos... Y, por lo tanto, le tienes que dar toda tu atención. Si ya sabe escribir, dile que apunte el nombre del objeto que quiere... sino sabe escribir, apúntalo tu, pero que te vea cómo lo haces... apunta el precio si quieres y en qué tienda está...

Lleva el cuaderno siempre contigo, cuando vuelva a surgir otro "deseo" imprevisto saca de tu bolso o bolsillo el LIBRO DE LOS DESEOS con tono de "magia" y haz que apunte lo que quiere.

Resultados: Funciona de una forma que te quedarás asombrado o asombrada... La clave es ponerle magia al asunto. Si se te pasa por la cabeza que le estás engañando o similar... ¡aparca esa idea!. Recuerda que cuando él o ella te pide que le compres algo, en cuanto lo haces ya no le presta atención al objeto adquirido... Porque lo que "desea" es tener una "escena", una "atención"... un cumplimiento de un "deseo" que puedes cumplir perfectamente en su imaginación... cubres su necesidad en ese momento, y evitas

alterar tu lista de la compra y posibles disgustos contigo o con tu acompañante por no poder manejar una situación frecuente...

Por cierto, que tu hijo o hija haga eso es normal, todos lo hemos hecho... pero no quiere decir que tengamos que hacer lo que dice... tan sólo lo canalizamos de otra manera... A mí se me ocurrió pensar que lo que conseguía era una "gestión del deseo", pero tú puedes llamarlo como quieras....

Naturalmente, sobre todo cuanto más mayor más posible, te preguntará que cuándo va a conseguir algo del Libro de los Deseos... bueno, es lógico que lo pregunte. Aquí puedes ya decidir desde la "lógica" y habiendo diferido una posible crisis en el supermercado, la forma de adquirir alguna de las cosas de la lista... por ejemplo en cumpleaños, santos, fiestas de Navidad, premios por buen comportamiento continuado... Eso ya es una cosa que tu debes ver, pero fíjate que lo que te permite el Libro de los Deseos es "resolver" una situación que normalmente nos puede sacar de las casillas y "arruinar" el estado de ánimo de la tarde... ¡Suerte!