

CONSEJOS PARA ENSEÑAR A SEGUIR INSTRUCCIONES.

En el día a día, todos los padres nos encontramos con la necesidad de repetir constantemente las mismas instrucciones a nuestros hijos ("recoge los juguetes", "haz los deberes", "recoge la ropa", etc.). La labor de enseñar a nuestros hijos a seguir instrucciones es una de las tareas más complicadas y a la vez más importantes con la que nos encontramos.

Las sugerencias que se ofrecen a continuación pretenden ayudar a los padres en este tema, de manera que podamos conseguir con mayor facilidad que nos atiendan y sigan las indicaciones que se le ofrezcan.

- 1. Llamar su atención.** Es importante que nos aseguremos de que nos están atendiendo antes de darles las instrucciones. De poco nos servirá gritar las órdenes desde otro cuarto, por ejemplo.
- 2. Ser precisos.** No es conveniente expresar las órdenes como preguntas ("*¿te parece bien recoger ahora tus juguetes?*") o utilizar instrucciones poco precisas, como "*pórtate bien*" o "*ten cuidado*". Debemos pensar que la manera en que el padre y el niño interpretan estas indicaciones pueden ser muy diferentes. Debemos buscar expresiones claras y específicas que hagan saber a los niños lo que tienen que hacer en lugar de lo que no deben hacer. Por ejemplo, es mejor decir "*Permanece a mi lado,*" que "*No te alejes de mí*".
- 3. Reforzar su cumplimiento.** Debemos evitar dar instrucciones a sus hijos si no estamos preparados para hacerlas cumplir. Tienen que ver que deseamos que cumplan nuestras órdenes. Reforzar su cumplimiento con elogios ayudará a ello. El refuerzo es útil tanto al inicio, cuando comienza a hacer lo que le hemos pedido, como al finalizar la tarea.
- 4. Limitar el tiempo.** Los niños deben aprender a realizar las tareas que se le pidan en el momento que se les está pidiendo. Puede ser una estrategia útil darles un "tiempo fuera" en el caso de que en unos segundos no hayan comenzado la tarea. Una vez pasado este tiempo, repetiremos la orden.
- 5. No repetir advertencias.** Tenemos que evitar darles advertencias repetidas. Los niños pueden aprender a obedecer órdenes después de una a ninguna advertencia, de la misma manera en que aprenden a obedecer después de cinco o seis advertencias.
- 6. Ser pacientes.** Es primordial que nos demos cuenta de que todos estos consejos no surtirán efecto a la primera, por lo que nos tendremos que cargar de paciencia para llevar a cabo este entrenamiento.