



### **despedida (Guillermo B.)**

Me despido hasta la próxima ocasión. Gracias por su interés, sus preguntas y observaciones. Y gracias también a ABC.es por su amable invitación. Ha sido un placer compartir esta charla. Les deseo lo mejor. Un cordial saludo. Guillermo Ballenato. gballenato@cop.es / www.cop.es/colegiados/m-13106

### **Qué se puede hacer cuando te toca trabajar con alguien que se cree mejor que nadie, tanto en lo personal como en lo profesional y que anula e insulta a todo aquel que desputa? Al final la convivencia resulta un tanto insoportable. gracias por su consejo (miriam)**

Difícil pregunta responder sin conocer a la persona y la situación. Procure que no le afecte. Aunque pueda resultarle difícil, intente reinterpretar esas conductas en positivo. No les atribuya una intencionalidad negativa, e intente quedarse con lo mejor de esa persona. Si busca seguro que encuentra algo bueno. Le animo a que lea el cuento corto "Asamblea en la carpintería", del libro "Trabajo en equipo. Dinámica y participación en los grupos". Es una reflexión muy poderosa...

### **puede un niño de 12 años tener celos de un hermano menor (ardilla)**

Es muy frecuente que ocurra. No le preste excesiva atención, no se enfade ni se lo reproche; son sentimientos que no puede evitar. Transmítale afecto; eso le hará ganar más seguridad. No le fuerce a hacer demostraciones de afecto hacia su hermano. Evite las comparaciones, mostrar predilecciones. Si los celos persisten o sin excesivamente intensos consulte a un profesional.

### **En el trabajo en equipo ¿no se diluye la responsabilidad?. Desde niño he observado que cuando se trabaja en equipo 3 trabajan y el resto hace de sanguijuela. Gracias (REPA)**

Es cierto que ocurre en algunos equipos que no funcionan bien, o bien porque alguno de sus miembros no entiende el verdadero sentido del trabajo en equipo. Y es cierto que tanto en el trabajo en equipo como en la toma de decisiones se diluye la responsabilidad. Es por eso que en ocasiones el grupo es capaz de tomar decisiones mucho más arriesgadas. Hay muchas estrategias para mejorar el trabajo en equipo y evitar estas situaciones...

### **Tengo una niña de 5 años que tiene muchas pesadillas desde que era muy pequeña y se despierta gritando a qué se puede deber si es una niña tranquila. (maria)**

Faltaría analizar un poquito más en detalle su caso, pero le animo a que quite un poco de importancia al hecho de las pesadillas, que son normales, en algunos periodos de la evolución del niño. Sí es bueno propiciar un entorno estable que evite situaciones de estrés y ansiedad y que aporte al niño seguridad y equilibrio. Seguro que usted está propiciando ese entorno para su hija.

### **yo tengo una hermana de 23 años que tiene panico a hablar en publico y ha llegado a faltar a clase siempre que le tocaba exponer. Esta en tratamiento psicologico y psiquiatrico pero hay alguna tecnica que puede adoptar para vencer sus miedos de exponer en publico. gracias (marta)**

Hay diversas técnicas que pueden ayudarle. Probablemente necesita ganar confianza en ella misma. El hecho de afrontar las situaciones de hablar en público y no evitarlas le ayudará a ganar confianza. La preparación es la clave, pero también la mentalización en positivo y el no centrarse tanto en ella misma como en la audiencia y en la importancia del tema y disfrutar de la oportunidad que tiene de compartir con los demás su punto de vista.

### **En un mundo complejo como vivimos, donde los problemas son complejos, ¿cómo educar a los jóvenes en una comprensión abierta y multicausal de la realidad? Porque, desde luego, nuestro sistema educativa sigue planteando una visión unilineal de todo lo que rodea. (Juan Ra)**

Mostrándoles en nuestro entorno más cercano un análisis más profundo de la realidad. Dialogando con ellos para analizar otras causas, otras perspectivas, otras alternativas de solución. La mente abierta de los padres ayuda a abrir la mente de los hijos. En este sentido también la experiencia y los años son un grado. Gracias por su interesante pregunta.

**¿Cree que existe una predisposición genética en los niños que define su carácter? Si un niño se comporta de una forma determinada, por ejemplo, es obediente, cariñoso y atento, o por el contrario es un diablillo, ¿Que porcentaje considera que es debido a sus propios genes y cual a su educación? Muchas gracias por su atención (raul)**

Efectivamente, lo heredado y la genética tienen una influencia importante. Pero atribuiría más importancia a la influencia del ambiente para desarrollar plenamente el potencial de cada niño. Entendemos por temperamento a esa parte de la personalidad que tiene un mayor componente genético y por carácter la parte adquirida. En tanto que adquirida, podemos intervenir sobre ella y modificarla.

**¿No son los adolescentes de ahora (alcohol a los 13 años, drogas, violencia, desobediencia,...) la consecuencia de "educar sin gritar y sin castigar"? (CML)**

No podemos atribuirlo a una sola causa. Es cierto que se ha pasado a una permisividad exagerada. Los cambios sociales que estamos experimentando en los últimos años requieren también una adaptación de las estrategias educativas. En cualquier caso, creo que no será desde el castigo desde donde podremos construir una educación mejor.

**Si se han estudiado los gestos etc de la comunicación no verbal y su significado. No cree usted que son poco eficaces cuando dos oradores las conocen (por ejemplo en una entrevista de trabajo-entrevistador y entrevistado-). (giusepe)**

Es necesario conocerlos y dominarlos. Quien los conoce puede manejarlos mejor. A través de la comunicación no verbal estamos comunicando cosas de modo involuntario, salvo que aprendamos a utilizarla igual que hacemos con el lenguaje. Es cierto que los oradores expertos, políticos y actores, pueden "simular" mediante este tipo de comunicación. Más que falsear se trata de adecuar, reforzar y no distorsionar los contenidos verbales.

**Tienen un problema de sociabilidad las personas a las que no les gusta trabajar en equipo? (popilu)**

Hay personas que tienen habilidades sociales adecuadas para relacionarse de forma eficaz y, sin embargo, disfrutan con el trabajo individual.

**Tengo una hija de tres años que no me respeta dice no a todo lo que le mando y llora constantemente sin motivo ¿que puedo hacer? (xtmoras)**

Su caso debe ser analizado con más detalle... Falta mucha información para darle un consejo rápido. Pero si efectivamente su hija, con tres años, muestra un llanto constante y sin causa aparente, le aconsejaría que lo consultase con un especialista en una entrevista personal.

**Mi padre era muy estricto y casi tiránico conmigo. sobre todo en lo que respecta a la comida y a los estudios. Aunque reconozco que eso me cuajó un gran rigor académico (soy Licenciado en Historia), me gustaría tratar a mis hijos de modo diferente. ¿Qué puedo hacer? Muchas Gracias (DRM)**

A veces corremos el peligro de caer en el polo opuesto al autoritarismo, y ser demasiado permisivos. Algunos padres se ven tentados a consentir en todo "no sea que se vaya a traumatizar el hijo". Debemos establecer normas claras y límites razonables, y hacerlos respetar. Así ganamos autoridad moral ante los hijos. Hay que darles afecto, y transmitirles la importancia del respeto, no sólo con nuestro discurso sino también con nuestro ejemplo.

**Si los niños usan a veces el llanto y las pataletas como chantaje emocional, qué haría usted para que no se salgan con la suya? (milu)**

Es un caso muy frecuente. Cuando el llanto y la pataleta tienen como objetivo chantajear, lo mejor es retirarle la atención. Una de las herramientas más importantes para educar, si no la que más, es la "atención". Aquello a lo que prestamos atención tiende a repetirse. Si retiramos la atención de una conducta, aunque al principio tienda a incrementarse, dado que antes obtenía resultados, tenderá finalmente a desaparecer.

**Desde qué edad se puede hacer razonar a un niño? Y cuál sería el mejor momento, en plena rabieta o esperar? (kiku)**

Cada niño es un mundo, pero desde muy pequeños razonan a su modo. Entienden rápido lo que significa "no", o "muy bien"... La clave está en saber adaptar nuestra forma de hablarles a la capacidad de entender que tengan en cada edad. Intentar razonar con ellos durante la rabieta es ineficaz. Su mente probablemente esté tan llena de rabia, de autojustificaciones... que nuestro mensaje no será recibido.

**¿Son nuestros hijos víctimas de nuestro estrés diario? (luki)**

En gran parte. Esa es una de las primeras cuestiones que deberíamos abordar si queremos educar mejor: cuidarnos a nosotros mismos, crecer como personas, buscar nuestro desarrollo personal. Unos padres felices pueden transmitir más serenidad y educar mejor. Los niños también están sometidos a diferentes presiones y sufren su carga de estrés: el colegio, los amigos, las actividades extraescolares...

**A nosotros si nos portábamos mal nos daban una bofetada y no nos pasaba nada. ¿Por qué se consiente tanto los niños y se pierde la autoridad y respeto a la figura de los padres? (Núria)**

Le agradezco su reflexión directa y sincera. Tal vez, con el tiempo se va borrando el daño psicológico de aquellas bofetadas... La autoridad que se consigue con ese tipo de castigo tan rechazable, es sólo aparente. Si queremos

“liderar” a nuestros hijos necesitamos ganar una autoridad real, poder de influencia. Esa autoridad moral no se puede conseguir, o se acaba perdiendo, con los castigos físicos. ¿Le ha pegado alguna vez a su hijo? ¿Cómo se ha sentido después? Si pegamos a los hijos les estamos enseñando que ese tipo de conducta es legítima para conseguir que otra persona entienda o cambie su comportamiento. Para eso contamos con otras poderosas herramientas: el diálogo y el ejemplo.

### **Qué debo hacer si el niño no te hace ningún caso cuando le reprendes y no tiene ningún miedo al castigo (Santa)**

Este tema que propone es clave y necesita una explicación más amplia. Hay que analizar cómo se lo hemos dicho hasta ahora, y buscar una forma más adecuada de hacerlo. Los sermones, o repetir las cosas una y otra vez, no suelen funcionar. El castigo debe ser el último recurso, proporcional a la conducta, avisado de antemano, inmediato, individual... Debe servir para educar y no para humillar. A aquellos padres que no saben que hacer y acaban por castigar una y otra vez, y suben cada vez más la intensidad del castigo, les animaría a que lean el libro “Educar sin gritar”, y apliquen nuevas estrategias.

### **Una pregunta práctica: qué tengo que hacer si mi hijo, de 7 años, me monta una escena cuando estamos de visita en casa de unos amigos porque se ha enfadado con su amigo y se niega a sentarse a cenar con todos? Gracias (Busy)**

En general, la estrategia más eficaz suele ser retirar la atención del niño. Todas las demás personas se pueden sentar a la mesa a disfrutar de la cena y de una entretenida charla. Después de un rato tal vez pueda animarle a que se siente, pero sin reproches; como si no hubiese pasado nada. Si no quiere cenar no se enfade; él se perderá la cena. Los niños deben entender que su conducta tiene consecuencias. No tenemos por qué perder los nervios, ceder a su chantaje, ni privarles de esos aprendizajes necesarios.

### **Estoy de acuerdo con que no se consigue nada gritando, quizá sólo desahogarse, pero ¿cómo evitar ese ataque de ira? A veces es necesario gritar para evitar un cachete. Lo de contar hasta diez a veces no funciona ¿Algún consejo? (Pepa)**

Entiendo y agradezco su razonable observación. Los gritos no sirven en la mayoría de los casos ni tan siquiera como desahogo. Después de gritar el padre generalmente se siente nervioso y culpable. No consigue el resultado deseado en el hijo, y cada vez tendrá que gritar más. El hijo, por su parte, se siente humillado... y el volumen le impide escuchar el contenido. Con las malas formas perdemos la razón, aun llevándola; perdemos autoridad. Merece la pena contar hasta diez antes de hablar si estamos enfadados, y hasta cien si estamos furiosos. Difícilmente podemos enseñar autocontrol a los hijos si nosotros mismos no lo mostramos. Debemos ejercitarlo; no es tan difícil. El esfuerzo tiene valiosas recompensas; por ejemplo, el bienestar personal y la armonía en el entorno familiar.

### **Usted es un experto en comunicación y oratoria. Podría decirme cómo reconocer a una persona que miente y cuáles son los gestos que la delatan? Gracias y, por favor, siga con su buen hacer (Fahrenheit)**

Gracias por sus palabras. Los gestos deben entenderse globalmente, no de forma aislada, dentro del contexto y la conducta habitual de la persona. El principal indicador no verbal de la mentira suele ser la evitación del contacto visual: no se mira a los ojos, se tiende a parpadear, se balbucea o se habla más bajo, se tapa parcialmente la boca con la mano... En el aspecto verbal, los contenidos muestran inconsistencias, se tarda en responder y se recorta parte de la narración, que suele ser más precipitada... Si le interesa la comunicación le animo a que lea “Comunicación eficaz. Teoría y práctica de la comunicación humana”. Creo que le va a gustar.

### **La familia ha cambiado mucho en los últimos tiempos y a veces los padres no tienen mucho tiempo para pasar con sus hijos, que están a cargo de cuidadores, profesores o abuelos. Tantas personas con diferentes valores y formas de actuar ¿no son un problema para los padres a la hora de educar? Lo digo porque a veces los niños reciben diferentes instrucciones al mismo tiempo y quizá se sienten confusos. Muchas gracias por su respuesta (preguntón)**

Interesante observación. Se debe buscar calidad en la relación con los hijos, pero también cantidad. Padres e hijos deben compartir juntos muchos momentos, experiencias, juegos, charlas. Es cierto que los niños encuentran diversas personas en su entorno con criterios dispares, y eso puede confundirles. Lo que es adecuado para unos no lo es para otros... Es conveniente que el timón lo lleven los padres. También tiene algo positivo: les permite observar diversos valores, formas de pensar y de actuar.

### **Soy muy tímida y me cuesta mucho hablar en público, pero por mi trabajo no siempre puedo eludir estas situaciones que me hacen sentirme fatal. Por favor, ¿podría darme algún consejo práctico? Muchas gracias (Estela)**

Éste es un tema que me apasiona. Muchas personas sienten lo mismo que usted y descubren después en ellas mismas cualidades para la oratoria que desconocían tener. Le doy algunos consejos: concéntrese en el tema; prepare bien su exposición y hágala amena; céntrese en los demás, no en usted; no sobredimensione la importancia del acto de exponer... Piense que lo va a hacer bien, que domina los contenidos sobre los que va a hablar y que los demás desean escucharle. Pero, sobre todo, prepare y practique. Primero sola, ante un espejo; grabe su exposición en vídeo y analícela; exponga ante un grupo de amigos y pídale consejo. Si desea más ideas, le animo a que lea “Hablar en público. Arte y técnica de la oratoria”. Descubrirá que la oratoria es un regalo. Ánimo y mucha suerte.

### **¿Cómo se marcan los límites y las reglas a un niño de 3 años? (Tommy)**

Hay que adecuar los criterios a cada niño. La forma de transmitirle las normas dependerá de su nivel de desarrollo y su capacidad para entender. Los niños pequeños encuentran más estabilidad y seguridad si se han

establecido desde el principio rutinas adecuadas, si tienen normas claras. Los buenos hábitos hay que instaurarlos lo antes posible. Luego se convierten en actos automáticos que no representan coste, y evitan desorientaciones y muchos conflictos. Si usted hace un día una excepción el niño aprenderá que se pueden hacer excepciones, y lo intentará la próxima vez. Explíquelo con serenidad y de forma que él lo pueda entender, por qué no es adecuado un determinado comportamiento. Pero céntrese sobre todo en la conducta adecuada; asegúrese de que la aprende bien y consolide y premie ese aprendizaje.

### **Se les debe dar golosinas o cualquier otro entretenimiento cuando estamos fuera de casa y empiezan a ponerse pesados y a llorar? (lilu)**

Desviar la atención y entretenerles puede ser una estrategia útil. Atiborrarles de golosinas no es muy conveniente. Pero tenga en cuenta que si cada vez que llora usted le premia con una golosina y un juguete nuevo, está premiando y reforzando esa conducta, de modo que tenderá a repetirse.

### **¿con que edad entienden los castigos?. Mi niña de 19 meses se quita los zapatos y xapatillas y la digo "no lo hagas que mamá te pega en el culo", y ella se da en el culito...pero lo sigue haciendo... (KILI)**

Recurra más a los premios que al castigo... Permítame que la remita al libro "Educar sin gritar" y le aconseje que lea los contenidos sobre el poder de los refuerzos y el ejercicio adecuado de la autoridad. Verá que interesante y nueva perspectiva.

### **HOLA ¿Se puede regañar a los niños de los demás?. Lo digo por que la hija de unos amigao (4 años), cada vez que viene a nuestra casa toca todo y rompe lo que puede... Sus padres no la vigilan ni regañan... pero ami ya me ha dejado secuelas varias veces en los muebles...la debería yo regañar? (KIKU)**

Anímela a cuidar los objetos. Antes que regañarle puede aprovechar la ocasión para enseñarle, ya que parece que nadie lo ha hecho. Y seguro que lo puede hacer con cariño; incluso convertirlo en un juego: "el juego de cuidar las cosas". Puede explicarle en un lenguaje que entienda que los objetos se rompen o se estropean si no se cuidan.

### **Tengo dos niñas pequeñas y me han dicho en la guardería que cuando las castigue las mande a «pensar» y k les explique lo que han hecho mal ¿es esto correcto? (Lola)**

Le agradezco mucho está pregunta. Es necesario explicarles que han hecho mal. La retirada de atención, en este caso el aislamiento, es una estrategia que surte efecto, pero no abuse de ella. Cuide que el tiempo no sea excesivo (tal vez un minuto por años de edad), no hable ni regañe mientras la lleva a ese lugar apartado. Y evite asociar la palabra "pensar" con un castigo. Los adultos lo entendemos, pero el niño puede llegar a la conclusión de que pensar debe ser algo "malo".

### **Mi mujer está más tiempo en casa con los niños que yo y les grita amenudo por cosas pequeñas sin embargo en temas importantes nos reunimos los dos con ellos para explicar la situación. ¿Es bueno tener diferenciados los roles de padre y madre? (Antonio)**

Es muy adecuado tratar con serenidad y en pareja los temas importantes. Cada familia es un mundo, y los miembros de la familia adoptan papeles diversos que generalmente se complementan... Yo animaría a su mujer a que se tome con más tranquilidad esas pequeñas cosas por las que grita. Recuérdele que pierde autoridad, y que esa conducta no es un buen ejemplo para sus hijos. No sé si aventurarme a decir que en algunos casos similares a muchas madres les ha ido bien tomarse un respiro, hacer actividades diferentes a las tareas caseras, salir con amigas... En fin, buscar también por su bienestar y su desarrollo personal, no sólo por el cuidado de la casa y los niños. Les felicito a ambos: a ella por su dedicación y esfuerzo, y a usted por su paciencia y moderación.

### **¿Qué debo hacer ante una pataleta de un niño de 2 años y medio sobre todo cuando estoy fuera de casa? (Mirta)**

En general, tanto fuera como dentro de casa, lo conveniente es retirarle la atención si el objetivo es el chantaje. Eso implica evitar varias cosas: regañarle, hablarle, mirarle a los ojos, mencionar su nombre, enfadarse... Simplemente ignórelo hasta que acabe el berrinche. Si lo hace sin excepción todas las veces, esa conducta acabará por desaparecer.

### **Tengo una niña de dos años que cuando la regaño en el mismo tono de la conversación habitual no me hace mucho caso por eso suelo elevar un tono para llamar su atención ¿es esto negativo?, ¿qué debo hacer? (China)**

A veces es necesario elevar un poco el tono para diferenciar unos mensajes de otros, y que el niño lo entienda. No se sienta más por ello. El problema es que el niño puede habituarse, y cada vez sería necesario elevar más el tono para que surta el mismo efecto.

### **¿Cómo puedo educar de manera personalizada a cada una de mis cuatro hijas de diferente personalidad y forma de ser? (MARTA)**

Permítame que le cuente, como experiencia personal, que las personas que en las Escuelas de Padres me formulan este tipo de pregunta suelen ser las más capaces de educar de forma personalizada a cada uno de sus hijos. Seguramente es así en su caso, y usted sabe reconocer las cualidades de cada una de sus hijas, sabe apreciar sus diferentes temperamentos y caracteres, y obtener lo mejor de cada una de ellas. Ánimo.

### **¿es posible modificar la conducta en un adolescente? ¿cómo? gracias por su consejo. (Maru)**

La modificación de conducta es aplicable a cualquier edad. Es cierto que los padres tienen más influencia cuando el niño es más pequeño. Son los principales modelos; tienen en sus manos el poder de recompensar o de

reprender. Y la adolescencia es una etapa difícil en la que es normal que surja la rebeldía. Parece que algunos adolescentes están contra sus padres, pero a veces su conducta tan solo es el resultado de su lucha interior, de su frustración, de la búsqueda de su identidad. Es difícil intentar convencer a un adolescente por las razones que nos convencen a los adultos. Hay que hablarles en su lenguaje, centrarse en sus motivaciones, escucharles, entender sus preocupaciones.

### **¿Cómo se consigue esa buena convivencia entre padres e hijos en la que todos mantengan cariño y respeto mutuos? (Rosa M.)**

Me encanta su pregunta. La buena convivencia es fruto del respeto, la tolerancia, la aceptación de las diferencias, el diálogo, la empatía, la confianza y el apoyo. Se podría escribir un tratado sobre cada uno de esos conceptos, ¿verdad? Aquí van dos buenas estrategias. La primera nos anima a ser generosos en la alabanza y tacaños en la crítica; y la segunda nos propone la idea de tratar a nuestra familia como si fuesen invitados. Seguro que a una visita no le diríamos a gritos y de mala manera "¡He dicho que vengas a cenar de una vez!". Es cuestión de educación, y eso se aprende en el entorno familiar y desde pequeños. Si queremos construir una sociedad y un mundo mejores, debemos empezar por nosotros mismos, por nuestro hogar, nuestros vecinos, nuestros amigos...

### **A veces pierdo los nervios y no puedo evitar gritar a mis hijos y decirles cosas que, en realidad, no quería decir. Luego me arrepiento. ¿Cómo debo actuar? ¿Cómo pedir perdón sin perder autoridad y respeto? Gracias por su respuesta (Melisa)**

Su segunda pregunta nos da la clave. Cuesta encontrar padres que no hayan gritado alguna vez a sus hijos. Casi todos perdemos los nervios en algún momento. No tenemos que sentirnos culpables por ello. Muchos padres transmiten a sus hijos inseguridad y culpabilidad. De ahí la necesidad de aprender estrategias para educar. Así se evitan las vacilaciones, la pérdida de control... Lo que conviene hacer es analizar las causas de nuestros gritos. ¿Gritamos por impotencia y desesperación, por que es nuestro carácter, por insatisfacción con nosotros mismos, por falta de estrategias y recursos...? La respuesta nos ayuda a decidir qué hacer en el futuro. Y precisamente el hecho de disculparnos nos puede brindar la oportunidad de recuperar esa parte de autoridad que habíamos perdido, y el respeto de nuestros hijos.

### **Estoy de acuerdo con que es mejor hablar que gritar y razonar que dar azotes, pero ¿no cree que hemos pasado de un extremo a otro en lo que se refiere a la educación de los hijos? Antes mucho castigo y muchos azotes, ahora ni cachetes ni gritos. ¿no hay un término medio? Gracias (Medium)**

Le agradezco su interesante reflexión. Dicen que en el término medio está la virtud. Y, como decía Paracelso, la medicina es una cuestión de medida: en pequeñas dosis cura, en grandes dosis mata. Demasiada represión o demasiada permisividad... a cual más inconveniente. En el trasfondo estamos hablando de un problema de autoridad. Pero muchos padres confunden ese término. Se dicen a sí mismos "tengo que tener más autoridad", como si fuese una cuestión de dar órdenes, de imponer su criterio, de reprender y castigar la mala conducta... La autoridad es, en gran medida, una consecuencia del sentido de la ecuanimidad, y de la coherencia. Nuestra conducta educa más que nuestro discurso.

### **Que opinas del programa televisivo "Supernanny"? (olga)**

Creo que hay programas que pretenden divulgar y acercar esta temática a una audiencia amplia. En general no me agrada cuando se dan recetas y no se explica el porqué de su utilidad, o las condiciones de su aplicación. Es necesario dar a conocer las claves del aprendizaje y de la conducta, y cómo adaptarlas a cada caso. El hecho de que venga una persona extraña a casa a resolver las cuestiones caseras -de una forma tan mediática y poco discreta-, ¿puede restar autoridad a los padres ante el hijo? No me gusta que se haga un 'gran hermano' de la familia. ¿Qué pensará el hijo cuando llegue a casa, observe que no están sus padres y vea un vídeo en el que le dicen "adiós, hijo; no podemos más contigo..."? Dramático... y delante de toda la audiencia del programa...

### **hasta dónde puedo controlar a mi hijo de casi 17 años (anamari)**

Le haría preguntas para saber más pero, en general, a esa edad ya se han establecido las normas y se han desarrollado hábitos y pautas de conducta. Debe primar el autocontrol por parte del hijo. Nuestra labor puede ser más de supervisión y apoyo que de inspección y control. Debemos llegar a basar nuestra relación con él en la confianza. Si partimos de la premisa de que nos va a engañar, probablemente termine haciéndolo. Nuestra creencia acerca de nuestros hijos acaba por originar realidades.

### **Perdone por la pregunta personal, tiene usted hijos? Si es afirmativo, tiene o ha tenido personas a cargo del cuidado de estos? (nacho)**

Tengo dos hijas adolescentes. Cuando nacieron reduje al máximo el ritmo de trabajo durante los primeros años, y ajuste los horarios para que pudiesen estar atendidas por su madre o por mí. Eso nos permitió dedicarles una atención que creo que es muy necesaria. Debemos disfrutar de ese tiempo tan importante para el desarrollo. Probablemente es una de las mejores inversiones a largo plazo. No siempre se puede hacer, pero aconsejo a los padres que lo intenten. Los abuelos pueden realizar también una gran labor.

## **Guillermo Ballenato**

Guillermo Ballenato Prieto, licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, está especializado en Psicología Educativa, Psicología Clínica, Psicología Industrial y Formación. Su último libro "Educar sin gritar. Padres e hijos: ¿convivencia o supervivencia?", que ofrece propuestas para facilitar la tarea

a padres y educadores. Más que ofrecer recetas o soluciones mágicas, nos aporta algunas claves que ayudan a pensar a todos aquellos padres que admiten tener incertidumbres en lo que a la educación se refiere; que tienen suficientes ganas de mejorar como para cuestionarse y revisar su relación con los hijos; que aceptan haberse equivocado algunas veces en la forma de gestionar los conflictos.

En el Gabinete Psicopedagógico de la Universidad Carlos III de Madrid desarrolla el Programa de Mejora Personal y la Asesoría de Técnicas de Estudio. Imparte también para dicha Universidad docencia en cursos de Humanidades y en diversos másters.

Colaborador de la ONCE en programas de apoyo psicosocial y en formación.

Es autor de varios libros –Hablar en público, Técnicas de estudio, Comunicación eficaz, Trabajo en equipo...– y de numerosos artículos en diversas publicaciones.

Es formador y conferenciante habitual sobre temas relacionados con estrategias de aprendizaje, educación de los hijos, desarrollo personal, docencia, comunicación, oratoria, trabajo en grupo, gestión del tiempo, creatividad.

▶ PREGUNTAS PENDIENTES HAZ TU PREGUNTA

**Puestos a elegir ¿Qué es más importante, transmitir los contenidos correctos o no gritar?**

**Y no ocurre a veces como con la bocina en los coches, que no se debe utilizar nunca excepto en caso de peligro, pero que en esos casos si que hay que utilizarla.**

**Por lo demás ¿Hay resultados empíricos acerca de los resultados educativos con un mayor o menor número de gritos?  
(Jame)**

**Enhorabuena por su libro. Mi hijo de 3 años es especialista en hacer cosas que no debe, y fuerza constantemente un "no hagas eso" por mi parte. Ya sé que es para llamar la atención. Por mucho que lo intento con buenas maneras, no hay forma de romper este comportamiento. ¿Algún consejo? Gracias. (genoveva)**

**HOLA PRIMERO QUE NADA , Y FELIZ DE QUE NOS PUEDAS AYUDAR Y ORIRNTAR UN POCO YA QUE SOY UNA MADRE JOVEN DE 26 AÑOS Y TENGO A U N HIJO DE CASI TRES AÑOS LA VERDAD ES QUE SE ME HACE MUY DIFICILPORQUE TRABAJO TAMBIEN A LO IGUAL QUE MI MARIDO Y EL ESTA CASI TODO EL DIA EN LA GUARDERIA EL COMPORTAMIENTO DE MI HIJO ES MUY LLEVADO ASU IDEA Y GRITA CUANDO NO HACEN LO QUE EL DICE .YO LA VERDAD CADI DIA SE ME HACE MAS DIFICIL NO SE QUE HACER ? (YOCY)**

**Buenos días. Soy estudiante de la Carlos III y este año he intentado apuntarme al curso sobre hablar en público, que usted impartía. No ha podido ser, pero lo seguiré intentando ya que además de que me gusta expresarme en público, estoy estudiando Periodismo y creo que me será de gran ayuda en mi futura profesión saber hacerlo correctamente. Así que me preguntaba si hasta que me admitan en algún curso suyo, me podría dar alguna pauta imprescindible a la hora de hacer una exposición, etc. Muchas gracias. (Laura A.)**

**Cómo se puede estimular la creatividad?. Es cuestión de imaginación, de método... (oligoelemento)**