

TENDENCIAS

ACTIVIDAD SOCIAL | VIRAL | TECNOLOGÍA | ENTRETENIMIENTO | CULTURA | **VIDA Y SALUD** | ZONA VERDE

Vida y salud - Miércoles, 24 Mayo 2017 - 5:56pm

El poder del ejemplo es clave para orientar a los hijos: Lina María Saldarriaga

La directora de contenidos e investigación de Red Papaz, habla sobre cómo lo que hacen los papas se refleja en los niños.



Lina María Saldarriaga, directora de contenidos e investigación de Red Papaz

/ Foto: Suministrada

Temas - educación Hijos Red Papaz Familia



La importancia del ejemplo para la educación de los hijos, fue uno de los temas principales que abordó la sicóloga Lina María Saldarriaga en Cúcuta.

La directora de contenidos e investigación de Red Papaz, estuvo en la ciudad dictando una conferencia llamada "El poder del ejemplo".

Es una experta en el tema, tiene una maestría en sicología y doctorado en sicología del desarrollo infantil.

ADVERTISING

inRead invented by Teads

ADVERTISING

inRead invented by Teads

Estuvo en Ocaña compartiendo con los papás de La Provincia estos conceptos claves en la

PUBLICIDAD

MUNDO

Emotivo mensaje de Cristiano a familia de niño fallecido en México



De esta forma el futbolista contestó una carta de la mamá del pequeño que murió en el sismo del pasado martes.

MUNDO

Venezuela, entre países con prohibición de viajes a EEUU



La restricción es para los funcionarios de una larga lista de entidades del gobierno y sus familiares.

PUBLICIDAD

MUNDO

educación de los hijos y dando algunos consejos.

Lina María Saldarriaga habló con **La Opinión** sobre su conferencia, el tema de la educación de los hijos y cómo actuar frente a problemáticas que generan las redes sociales y el uso de celulares.

¿De qué se trata 'El poder del ejemplo'?



Lina María Saldarriaga durante su conferencia en Cúcuta

Busca enseñarles a los adultos que, con lo que hacen y lo que son le enseñan a los niños, muchas veces los conflictos surgen porque los papás le piden a los niños una cosa y con su ejemplo dicen lo contrario.

Ése es el poder del ejemplo, es decir, lo que los adultos hacemos en nuestro día a día y cómo afecta a los niños.

Hablo de cómo se puede ayudar a los niños a desarrollarse de una mejor manera, que aprendan a resolver conflictos, que regulen sus emociones, que manifiesten sus gustos, ése es el poder que tenemos los adultos para darle herramientas positivas a los niños.

¿Un hermano puede dar mal ejemplo?

Lo que le digo a los papás de lo más importante de criar los niños es que ellos desarrollen habilidades que sirvan en general en sus vidas.

La consistencia es clave, es decir, hago lo que digo y digo lo que hago, por ejemplo, quiero que mis hijos rindan académicamente pero no estoy pendiente de ellos, si no hago nada para que las cosas sucedan, qué puedo esperar.

Por eso es clave saber que los niños dicen, para aprender necesito ver lo que hace mi papá.

El hermano puede ser una gran influencia porque si se equivoca lo puede corregir también.

¿Qué pasa cuando el papá no comparte tiempo con los hijos?

Victoria de Merkel en Alemania, ensombrecida por auge de ultraderecha



La canciller tendrá que buscar por cuarta vez uno o varios socios para formar su próximo gobierno.

ECONOMÍA

Denuncian posible 'mico' en el presupuesto de la Nación



Se trata de una norma que, según el expresidente del Fondo Nacional del Ahorro, desfinancia a la entidad.

PUBLICIDAD

MUNDO

Un muerto y siete heridos en tiroteo en una iglesia de Estados Unidos



Los bomberos de Nashville indicaron que los heridos habían sido trasladados a hospitales de la zona.

MUNDO

Embajador de EE.UU. en Colombia habló de 'incumplimientos' de las Farc



Kevin Whitaker dijo que la exguerrilla no ha entregado información sobre narcotráfico.

PUBLICIDAD



Foto tomada de Internet

Es uno de los retos grandes de ahora, la vida en general nos ha tomado espacios de familia, la comida, salidas los fines de semana, se convirtieron en otras cosas, menos en espacios para compartir con los hijos.

Lo que le digo a los papás es hacer esfuerzos explícitos y planear qué hacer con la familia.

Si me doy cuenta que no tengo tiempo con mis hijos debo escoger días a la semana para compartir con ellos.

Si les digo voy a compartir tiempo pero estoy pegado al celular, no hago nada, vamos es a estar conversando, qué hicimos en el día.

Las necesidades económicas requieren que estén fuera de casa, pero si uno busca los espacios, eso recupera el tiempo de calidad que no se puede compartir.

Los niños entienden que hay horas de rutinas para compartir con los papás.

¿Cómo corregir a un niño?

Ser ejemplo es un punto de partida, con todo lo que hacemos les mostramos cómo comportarnos, pero también hay que hacer cosas para decirle eso no está bien.

Nos enojamos y lo que hacemos es regañar y molestarnos sin decirles qué estuvo mal.

Una cosa es decirles "me da mucha rabia lo que hiciste", otra "este muchachito malcriado, se va a dormir".

Es importante hablarles, a los papás no les gusta llegar a la casa a regañar y estamos dejando pasar cosas, hay que poner límites y decir qué cosas de las que ellos hacen pueden enojarme.

Se debe corregir de manera en que ellos sientan la responsabilidad.

¿Qué pasa con los hijos que materialmente lo tienen todo?

Es uno de los graves problemas de la actualidad, a los niños no hay que hacerlos sufrir pero deben ser capaces de experimentar un sufrimiento, o sea experimentar frustración, que se molesten porque no les dieron algo que querían.

Todos los seres humanos experimentamos emociones negativas, si les damos todo lo que ellos quieren les quitamos la posibilidad de conocer esas emociones.

Se trata de decirles cosas que les hagan entender que no merecen algo que deseaban, por algún mal comportamiento.



PUBLICIDAD

 POLÍTICA

¿Qué es lo más crítico en los hogares colombianos y el cuidado de los hijos?

Hay un tema muy particular y es no confundir la autoridad con el maltrato, el secreto es la amabilidad y la firmeza, los niños muchas veces van a querer imponer sus decisiones, no quiere decir que no hagamos nada al respecto.

El secreto es encontrar un balance en el que le podamos decir, "yo te amo, te voy a acompañar pero hay cosas que debemos cumplir".

Los papás deben comenzar por reglas sencillas, por ejemplo, decirles, a las 8 te acuestas a dormir, pero no se puede llegar a amenazar con violencia si el niño no quiere hacer las cosas.

En la adolescencia es igual, hay que poner límites, si quieren salir los fines de semana, que acepten los límites que pones como papá.

¿Qué pasa cuando un papá dice, mi hijo se me salió de las manos?



Foto tomada de Internet

Yo creo que el niño le está diciendo algo, porque muchas veces los comportamientos de los niños reflejan su vínculo con el papá. También hay que ver qué necesitan tanto el niño como el papá.

Lo que oigo es un papá que me está pidiendo ayuda con herramientas, muchos de los problemas se dan porque como papá no se valida una emoción.

Es una relación de doble vía y tanto el adulto como el niño necesitan sentirse escuchados.

¿Qué pasa con los adultos que fueron criados a la antigua?

Esa es una frase que hay que cambiar, no sabemos las consecuencias a nivel emocional que esto tiene.

Eso que a los papás les enseñaron que dicen que funcionó para criarlos, era la única opción que en ese momento había, pero no sabíamos el efecto que eso tenía en la vida de los niños y los papás.

Póngase en la cabeza de un niño al que le estén pegando y le digan, lo hago por tu bien y porque te quiero. En la cabeza del niño está quedando guardado ese recuerdo y piensan que para demostrar que uno quiere a las personas hay que pegarles, eso queda en la mente de ellos.

Por eso hay mujeres abusadas, hombres que abusan y eso era lo que no sabíamos antes.

Los papás de ahora saben que no pasa nada si le piden disculpas a sus hijos y les dicen que se equivocaron. Los niños aprenden a que los adultos también se equivocan.

¿Hay algún manual para comenzar a ser papá?

No, es un reto grande, existe mucha información pero no un manual, los retos grandes son la crianza, la sexualidad, el riesgo de suicidio, consumo de alcohol, etc.

¿Quiénes harán parte de la Jurisdicción Especial para la Paz?



El próximo martes se conocerán los nombres de los magistrados que pretenden suplir esta plaza.

+ DEPORTES

Peter Sagan hace historia en el Mundial de ciclismo en ruta



El ciclista eslovaco ganó por tercera vez consecutiva el campeonato en Bergen (Noruega).

PUBLICIDAD

REGIÓN

230 jóvenes de la región hablaron de prevención del embarazo adolescente



Estudiantes de cinco municipios de Norte de Santander tuvieron charlas de expertos.

MUNDO

Abejas atacan durante sismo y matan a hombre en México



El hombre de 73 años murió en su casa ubicada en el estado sureño de Oaxaca.

PUBLICIDAD

Sí hay herramientas para que los papás sepan de qué se trata y cómo se puede prevenir.

¿Qué pasó con el tema de la ballena azul?

Esto fue algo que hicieron los medios, un caso de cómo no se presentan las noticias, en especial las de suicidios.

Lo que nos dice la evidencia científica es que un niño que no tenga características y situaciones previas que lo haga vulnerable, no se mata con un juego en internet.

Si el niño ha tenido intentos previos de depresión y ve las noticias como presentaron el tema de la ballena azul, ahí si son más vulnerables a hacerlo.

El tema de la ballena azul fue una bomba en los medios, el problema es que toda esta información llega a los celulares y así a cualquier lugar.

¿Se debe regular el uso del celular en los niños?



Foto tomada de Internet

La tecnología es buena para ellos siempre y cuando tengan controles parentales, restricciones para navegar, entre otros.

Los niños de ahora nacieron en una era digital y eso no está mal, los padres deben controlar el uso de los aparatos tecnológicos de los niños.

Hay que tener a sus hijos agregados en las redes sociales, no para comentarles las fotos pero si para que sepan qué está pasando con ellos.

Hay muchos padres que no saben que por ejemplo existe YouTube Kids, para evitar que los hijos vean cualquier clase de contenido que se encuentra en el portal YouTube.



Johan Manuel García

johan.garcia@laopinion.com.co

Comunicador social, periodista web y deportivo. Colecciona carros a escala.

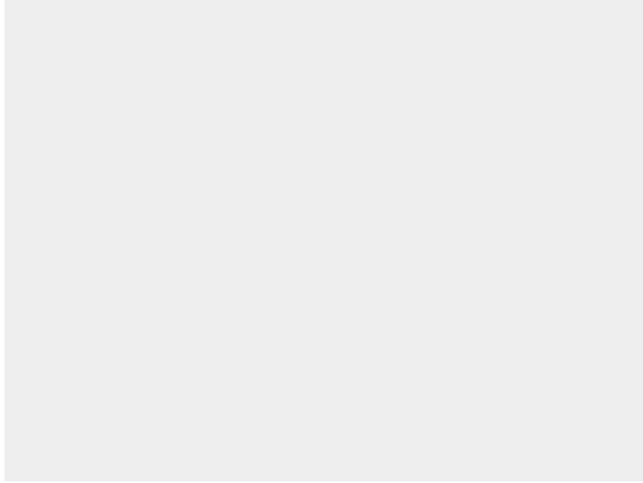
Suscríbete y recibe las últimas noticias de La Opinión

Nombre completo

Escriba su correo electrónico

Suscribirme

Acepto los términos y condiciones y he leído la política de tratamiento de los datos personales



+ NOTAS



MUNDO
Emotivo mensaje de Cristiano a familia de



MUNDO
Venezuela, entre países con prohibición de viajes



MUNDO
Victoria de Merkel en Alemania, ensombrecida



ECONOMÍA
Denuncian posible 'mico' en el presupuesto de la



MUNDO
Un muerto y siete heridos en tiroteo en una iglesia



MUNDO
Embajador de EE.UU. en Colombia habló de

TE RECOMENDAMOS

Enlaces Patrocinados por Taboola



¿Cómo viajar barato desde Bogota?

www.jetcost.com.co



Calidad Académica que Consolida tu Futuro.

USAL



Podemos adivinar su nivel de inteligencia con esta prueba.

Definition



31 Celebridades Y Su Increíble Patrimonio Neto

GameOfGlam



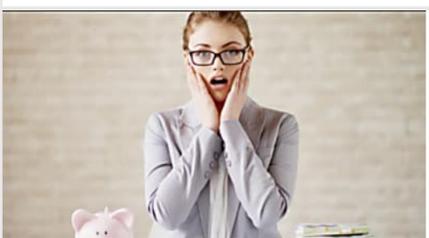
¡Increíble! Cayó en Latinoamérica la lotería de USA

theLotter.com



¡Método eficaz para tratar la artritis en casa en 4 semanas!

Componentes



**Tiene deudas?
Déjenos sus datos y recupere su**
Resuelve Tu Deuda

Mira cómo viajar más barato a lugares paradisíacos.
Turismocity.com

TE RECOMENDAMOS

Enlaces Patrocinados por Taboola 

¿Cómo viajar barato desde Bogota?
www.jetcost.com.co

31 Celebrities Y Su Increíble Patrimonio Neto
GameOfGlam

¡Cure artritis sin médicos/inyecciones y dolor!
Tobehab

7 bocadillos que usted debe comer para quemar grasa
eHealthRoom

Narcotráfico y futbol: el autogol que mató a Andrés Escobar
Desafio Mundial

Líquida tus deudas con increíbles descuentos de hasta
Resuelve Tu Deuda

Cómo los concesionarios de automóviles se
Guía de Camiones

Lo veía diario y no sabía los grandes secretos que
La Hermandad

ULTIMAS NOTICIAS

COLOMBIA

Escape de dióxido de carbono provocó emergencia portuaria en Barranquilla



Algunas personas tienen lesiones leves y molestias derivadas del contacto con el producto.

COLOMBIA

Latam ofrece tarifas más económicas por paro de pilotos de Avianca



Durante los cuatro días de huelga la aerolínea ha recibido más de 2.500 pasajeros diarios adicionales.

CÚCUTA

Alberto Donadío, con alto liderazgo en el periodismo de investigación



Ha escrito varios libros con denuncias relevantes sobre hechos de corrupción y otras conductas non sanctas.

MULTIMEDIA



CULTURA

Modernizaron exposición sobre la vida del General Santander



CÚCUTA

Espacio público, el dormitorio de los ciudadanos venezolanos



CÚCUTA

La 'Niña Popeta' le ganó la batalla a no perder su brazo



ENTRETENIMIENTO

Nacho estrenó video 'Happy happy' al lado de sus hijos

PRODUCTOS LA OPINIÓN



Es el primer portal gastronómico de Norte de Santander, donde se resalta lo mejor de los sabores regionales, nacionales y mundiales.

Ver más >



Nuestros suscriptores cuentan con su propio espacio con privilegios y beneficios. Aquí puedes hacer parte de este selecto club.

Ver más >



Un espacio dedicado a las variedades y lo más impactante del mundo del entretenimiento. Encuentre aquí los personajes e historias.

Ver más >

ESPECIALES | Ó.com.co

La labor investigativa de nuestro equipo periodístico se congrega en esta sección dedicada a mostrar a profundidad y con más detalles de los hechos.

Ver más >

CLASIFICADO

En este espacio los clientes pueden promocionar sus productos y encontrar usuarios que se adaptan a sus necesidades.

la opinión

CÚCUTA | REGIÓN | JUDICIAL | FRONTERA | ACTUALIDAD | OPINIÓN | DEPORTES | ENTRETENIMIENTO | SERVICIOS | PARTICIPACIÓN

MULTIMEDIA

- Galerías
Videos
Podcast

NOSOTROS

- Suscripciones
Optativos
Registro

AYUDA

- Contáctenos

CLASIFICADOS

- Empleos
Vehículos
Finca Raíz
Varios

TÉRMINOS LEGALES

- Términos y condiciones
Derechos de autor
Superintendencia de Industria y Comercio



DIARIO LA OPINIÓN - Av. 4 Nro. 16 - 12. Teléfono (+57) (7) 5829999 - Fax (+57) (7) 5831502 - Cúcuta - Colombia
Copyright © 2001 - 2015 La Opinión S.A. - Todos los Derechos Reservados
Reservados todos los derechos; queda prohibida la reproducción, distribución, comunicación pública y utilización total o parcial de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad sin previa, expresa y escrita autorización. Incluida en particular su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales directa e indirectamente lucrativos, a lo que se manifiesta oposición rotunda.

SÍGANOS

