



# Corregir desde la calma



“¡Mira cómo te has puesto! ¡Otra vez te has manchado!”.

“¿No vas a dejar de llorar? ¡Vaya rabieta tienes hoy!”

“¿Puedes vestirte yaaaaa?!”

¿De verdad que te has dejado los deberes en casa?”.

“¡Hala! Otra vez se te ha caído todo...”

¿En serio has copiado en el examen?!

“¿Has perdido la sudadera? ¿En qué estabas pensando?”

“¿Qué horas son estas de llegar a casa?!”



*La vida con nuestros hijos está llena de momentos en los que hemos de corregirlos.* Como si se tratara de pequeñas plantas que crecen, nosotros, los adultos que los cuidamos, los queremos y deseamos lo mejor para ellos, actuamos como “guías” que los van enderezando siempre que es necesario.



*A veces* estamos cansados, a veces la situación nos supera, a veces caemos en la comparación (“¿por qué mi hijo hace esto y su compañero / nuestro vecino / su primo... no?”), nos invade la frustración (“se lo he dicho mil veces”)... y *sale nuestro “Hulk”, que reacciona impulsivamente y con una fuerza desproporcionada.* En esas situaciones, corregimos desde el enfado y la impotencia y *muchas veces conseguimos el efecto contrario* (rebeldía, rechazo, evitación, alejamiento...).



*No olvidemos que somos referentes,* que somos el espejo en el que se miran durante mucho tiempo y que, incluso cuando parece que ya no se miran en nosotros porque han crecido, siguen observando “por el rabillo del ojo” nuestras reacciones.



*Aceptemos que la imperfección y el error forman parte del proceso de crecimiento de nuestros hijos, pequeños y mayores, cada uno con sus pequeñas y/o grandes batallas.*

*¿Esto significa que no hemos de corregir? En absoluto. Significa que **debemos hacerlo con firmeza, pero desde la calma y tomando perspectiva.***



*Respira, retírate, cuenta hasta diez (o hasta cien) y piensa qué te propones al corregir. La respuesta a esa pregunta nunca será hacerle sentir culpable, humillarlo, provocar miedo, sino **ayudarle a tomar conciencia y buscar una "próxima vez" que se acerque a lo deseable** (ni siquiera a la perfección), **dar un enfoque constructivo** ("Vamos a limpiarlo juntos" / "Hoy haces la mochila antes de irte a la cama" / "La próxima vez que te quites la sudadera, ¿qué puedes hacer con ella?" / "Vamos a negociar horarios y consecuencias cuando no se cumplan"... ) y **educarlo de la manera más serena y positiva posible.***

