

# Los Elogios

## ¿Qué son los elogios?

La idea aparentemente simple de elogiar se ha unido a la gran lista de inquietudes sobre la crianza donde los consejos contradictorios pueden dar lugar a confusión. Algunos padres creen que es importante elogiar a los niños para alentarlos, mientras que los demás se preocupan de que si elogian a los niños en exceso, se vuelven malcriados. ¿Qué es lo que debe hacer un padre?

El principio básico del elogio eficaz es la práctica de alentar a los niños por medio de la concentración en los esfuerzos más que sus resultados para poder crear la autoconfianza y los sentimientos de autoestima. Los elogios ayudan a los niños a entender que sus esfuerzos son apreciados, no solamente sus logros.

## Etapas de desarrollo

Cuando elogia a un niño, es importante ser consciente del nivel de desarrollo del niño.

**INFANTES:** Los elogios a los infantes a menudo toman la forma de gestos como sonreír, abrazar, y aplaudir en lugar de palabras. A medida que los bebés crecen, se benefician de los elogios que los alientan a explorar su entorno de forma segura.

**NIÑOS PEQUEÑOS:** Los elogios que estimulan la exploración son los más útiles para los niños pequeños. La investigación nos dice que los niños de 3 años de edad son los más propensos a enfrentar los desafíos —y persistir en una tarea— cuando sus madres los han elogiado y alentado su independencia a los dos años de edad.

**NIÑOS DE EDAD PREESCOLAR:** Anime a su preescolar a probar tareas apropiadas y retadoras como, ponerse los zapatos, reconozca sus esfuerzos al igual que su éxito.



## Por qué los elogios son importantes

**Los elogios son importantes porque se concentran en los valores y fortalezas de su niño para poder crear la autoconfianza y los sentimientos de valía.**

★ Los niños desean muchísimo complacer a sus padres; por eso los elogios pueden ser una recompensa poderosa. Muchos expertos creen que los elogios le dan al niño una profunda sensación de que él o ella es digna, amada, y una buena persona.

### Lo que pueden hacer los padres

Lo más difícil de los elogios es que no todos los elogios son “buenos”, de hecho, algunos tipos de elogios hasta pueden tener efectos desfavorables para su niño. Para los padres, es importante entender la diferencia entre los elogios eficaces y los ineficaces.

#### ELOGIOS INEFICACES: Lo que no se debe hacer

- ★ **No se exceda.** Un tipo común de elogio ineficaz es el elogio excesivo, como decirle a un niño: “Eres el mejor nadador de todo el mundo”. Hasta los niños más pequeños empiezan a sospechar de este elogio falso, haciéndolos sentir desconfianza por la persona que da el elogio.
- ★ **No dé elogios con mensajes dobles.** Por ejemplo: “Buen trabajo en ponerte los zapatos –No sé por qué no puedes ponértelos todo el tiempo sin preguntarme”. Estos mensajes dobles hieren los sentimientos del niño y lo hacen sentir criticado.
- ★ **No critique.** La crítica, que es un comentario negativo sobre una persona o sus acciones desde una posición de poder, es un asunto delicado para los padres. Un modo sencillo de manejar esta área delicada es de distinguir entre la crítica y la retroalimentación. En general, los comentarios sobre la persona se consideran crítica, mientras que los

comentarios sobre un evento se entienden más fácilmente como retroalimentación. Ejemplo de crítica: “Deberías saber cómo ponerte tus zapatos por sí solo”. La retroalimentación sería: “Fíjate en tus zapatos. ¿Cómo puedes saber si tu zapato está en el pie correcto?”

- ★ **No utilice críticas “globales”.** Los niños necesitan ser corregidos de vez en cuando, pero la crítica “global” como, “Siempre te portas mal con tu hermana”. No le ayuda al niño a aprender y puede afectar la manera en que el niño se ve a sí mismo. La crítica “global” puede hacer pensar a un niño: “Bueno, si siempre me porto mal, ¿para qué trato de portarme bien?” Un niño que recibe retroalimentación de inmediato tiene más probabilidad de pensar, “Cometí un error esta vez, pero puedo mejorar para la próxima vez”.

#### ELOGIOS EFICACES: Lo que se debe hacer

- ★ **Elogie el esfuerzo y la práctica.** Por ejemplo, “Trabajaste duro para ponerte los zapatos, ¡y lo lograste!”
- ★ **Dé elogios tanto como sea posible.** El elogio que sigue inmediatamente después de un comportamiento positivo tiene un efecto más fuerte que el elogio retrasado.
- ★ **Sea específico.** El elogio general, como el de “Buen trabajo” no le ayuda a su niño para saber qué fue lo que le gustó o qué fue lo que hizo bien. En lugar de “Buen trabajo” pruebe “Recogiste cada juguete del piso en tu cuarto, y se ve agradable y limpio”.
- ★ **Sea genuino.** Si se siente entusiasmada por los esfuerzos de su niño, hágaselo saber. Su niño sabe cuándo su tono e intensidad igualan su evaluación del esfuerzo.
- ★ **Use la retroalimentación que está conectada con sus sentimientos.** Es bueno para su niño saber que usted tiene sentimientos por lo que ella hace. Decir “Me hace sentir muy feliz cuando ayudas a tu hermano a limpiar” conecta con ella más a fondo que solo un simple “Gracias”.
- ★ **Tenga expectativas realistas.** Los padres también deben recordar tener las expectativas apropiadas de acuerdo a la edad de los niños; esto puede ser especialmente difícil en familias con más de un niño. Por ejemplo, lo que se espera de un niño a menudo no puede esperarse del otro. Una tarea sencilla, como la de guardar los juguetes, significa algo completamente diferente para un niño pequeño que para uno de edad preescolar. Los padres deberían estar conscientes de esto cuando elogian a ambos niños – tal vez agradecer al niño mayor por recoger todos los juguetes, mientras que halaga el esfuerzo del niño más pequeño, aunque sus resultados no fueron probablemente tan exitosos.

