

Prueba para Padres de Familia

Por Marisol Muñoz-Kiehl, PhD

¿Cuán bien conocemos a nuestros niños? ¿Cómo nos calificaríamos si hubiera una prueba sobre el ser padres de familia? Si bien no existe tal examen, el siguiente cuestionario nos da una idea de las áreas que ya dominamos, y las que necesitan más atención, para mejorar nuestra comunicación y enriquecer nuestra relación.

Instrucciones:

Este cuestionario debe ser completado por cada padre de familia independientemente, una vez por cada hijo. Cada padre debe completar el cuestionario por separado, para luego discutir y comparar las respuestas.

Lea y piense en cada enunciado, conteste Sí o No, y apunte sus respuestas.

1. Sé el nombre de la escuela y el grado que cursa.
2. Sé el nombre de sus maestros.
3. Sé cuáles son sus clases y materias preferidas.
4. Sé los nombres de sus amigos y “enemigos”.
5. Sé qué música escuchan.
6. Sé qué comida disfrutan.
7. Sé qué pasatiempos y programas de TV prefieren.
8. Sé qué juegos y deportes juegan.
9. Sé el nombre de su pediatra y dentista.
10. Sé qué padecimientos tiene y qué medicinas toma.
11. Sé de sus logros y dificultades en la escuela.
12. Sé de sus alegrías y penas con sus amistades.
13. Sé hablarle sobre temas difíciles (sexo, drogas, etc.)
14. Sé qué sueña y anhela.
15. Sé qué le preocupa y a qué le teme.
16. Sé qué le duele y qué le enoja.
17. Sé cómo disciplinarlo positivamente.
18. Sé cómo manejar mi ira de manera segura.
19. Sé cómo manejar mi estrés eficazmente.
20. Sé cómo manejar mi tiempo efectivamente.

Una vez haya completado el cuestionario, repáselo con sus hijos, con su pareja, y/o con otros quienes le ayudan en la crianza de sus niños. Celebre sus respuestas acertadas, y descubra las respuestas correctas a las preguntas que falló.

Recuerde que, ya que se trata del complicadísimo y difícil trabajo de ser padre de familia, nadie obtiene una puntuación perfecta, mas debe aspirar a mejorar su calificación.

Dado que sus hijos y sus circunstancias cambian con el tiempo, tome el cuestionario periódicamente y actualice sus respuestas.

Para mejorar sus puntuaciones presentes y futuras en este cuestionario y en las pruebas de la vida, consulte fuentes de información y orientación, e inscribese en clases sobre comunicación, disciplina, manejo del enojo y manejo del estrés. Escuche y participe en el programa Nuestros Niños, visite nuestro sitio en la red, y llámenos, pues estamos para servirle. Podemos ayudarle con sus respuestas... ¡y con sus preguntas!