

## Introducción

*Mis queridas mamás y queridos papás:*

*¡Las exigencias de la vida moderna son muchísimas! Tenemos metas económicas y profesionales que queremos lograr. Tenemos las exigencias del trabajo, las exigencias de la vida familiar, la rutina diaria, la comida, la limpieza y el orden de la casa, el cómo educar a nuestros hijos y el cómo encaminarlos.*

***Padres e Hijos*** es un manual para padres de niños hasta 12 años. Está basado en mi experiencia como psicóloga y en algunas ideas del Dr. Rudolf Dreikurs.

*Recuerden que estos primeros años son de vital importancia para sus hijos. Porque es en estos primeros años cuando se asientan las bases para el éxito escolar y una adolescencia sin graves problemas. ¡Padres e Hijos les ayudará a sentar estas bases!*

*Además, van a encontrar valiosas sugerencias y alternativas para manejar los pequeños problemas que surgen a diario en nuestras familias y que, al ser eliminados, hacen de la vida familiar algo mucho más placentero, menos preocupante y estresante. Asimismo, van a descubrir aspectos nuevos de sus hijos y van a disfrutar más plenamente de su crecimiento.*

*En el primer capítulo, explico la importancia de la rutina diaria, los límites, el respeto por el espacio personal y la importancia del orden. En el capítulo 2, muestro como la ubicación de los hijos en la familia va a incidir en el desarrollo de su personalidad. En los capítulos 3, 4 y 5, explico como un niño, al no sentirse tomado en cuenta por sus padres, al no sentirse importante para ellos, va a comunicar su malestar a través de conductas negativas; también, explico como*

*remediar estos problemas de conducta. En el capítulo 6, doy técnicas para manejar los berrinches. En los capítulos 7, 8 y 9, hablo del castigo y su resultado negativo y presento alternativas al castigo. En el capítulo 10, hablo de la rabia y del enojo los que a veces sentimos como padres de familia debido al elevado grado de estrés presente en nuestras vidas, y doy sugerencias para manejarlos. En el capítulo 11, sugiero evitar los sermones, doy sugerencias como escuchar mejor a nuestros hijos y como mejorar nuestra conversación con ellos. En el capítulo 12, demuestro el aspecto negativo del método de la recompensa y lo positivo de la cooperación. En el capítulo 14, doy sugerencias cómo dar ánimo y aumentar la confianza en si mismo en nuestros hijos. En los capítulos 13, 15, 16, 17 y 18 presento la idea de la familia como un equipo y explico como poder tener una familia donde todos cooperan, donde existe una buena comunicación y todos se sienten orgullosos de pertenecer a su familia. En el capítulo 19 enfoco algunos de los problemas que muchos padres latinoamericanos enfrentan al llegar a EEUU, y ofrezco soluciones.*

*¡Nunca es tarde para comenzar!*

*Muy cordialmente,*

*Roberta Maso-Fleischman, Ph.D.*