

## ¿Qué es la consistencia?

Consistencia significa simplemente ser constante.

- Significa estar ahí en los buenos y en los malos momentos.
- Significa ser alguien en quien tus hijos puedan confiar.

Puede ser difícil ser coherente en tus acciones, en tu amor y en tus enseñanzas, pero éste es un reto para todos los padres.

## ¿CÓMO SE HACE?

### 1. Estar ahí

La regla número uno para ser un padre coherente es estar ahí. Tienes que estar disponible para tus hijos. Y puedes hacerlo:

- Hablar con ellos
- Hacer preguntas
- Preocuparse por sus vidas

*Tanto si vives con su madre como si no, necesitas pasar tiempo con tus hijos. Si están separados, pasar tiempo con ellos puede ser más duro, pero es más importante que nunca. Tienes una gran oportunidad de proporcionarles cuidados y consuelo paternales.*

### 2. No hagas promesas que no puedas cumplir

Casi todos PENSAMOS que somos honestos, pero muchas veces decimos cosas sin darnos cuenta de que no las cumplimos.

*Esto parece poca cosa, pero para tu hijo es muy importante que seas capaz de hacer lo que dices que vas a hacer.*

A través de tus acciones, aprenden cómo son la confianza y el amor, y es una responsabilidad que querrás tomarte en serio.

**¿Cómo se hace esto?** La regla es sencilla: no prometas cosas que no puedas hacer realidad.

### 3. Disculparse y Cambiar

Cometerás errores, como todos los padres. Un padre que quiera ser una influencia constante en la vida de sus hijos tiene que ser capaz de ver los errores que comete, disculparse por ellos y luego cambiar sus acciones.

No es frecuente conocer a un padre que se disculpe rápidamente y que se esfuerce por cambiar. Aprender pronto esta habilidad hará su vida y la de sus hijos más feliz y significativa.

### 4. Deja de poner excusas

Las excusas son palabras que utilizas para desviar la culpa de tus actos hacia otra persona o cosa. Muchas excusas son buenas, pero eso no significa que sea bueno utilizarlas. Aunque sea difícil, ser consecuente significa asumir constantemente tu responsabilidad y la de tu familia de principio a fin.

Cuando seas dueño de tu propio comportamiento, estarás creando una fuerza responsable en tu familia. También estarás enseñando a tus hijos un mensaje consistente que aporta fuerza y éxito.

### 5. Sé Siempre flexible

No necesitas ser consistente haciendo lo mismo de la misma manera para todos los niños. Hay que ser consistente haciendo lo MEJOR para cada niño en cada nivel de madurez.

Un padre coherente debe ser coherentemente flexible.

Debe existir el deseo de llegar a cada niño de la forma que necesita. La parte constante está en su objetivo final (lo que es mejor para el niño), no en la forma de hacerlo.

### ¿Cómo se hace?

Si descubres que ciertos métodos de consecuencias o conexión funcionan con un niño y no otro, no tengas miedo de tratarlos de forma diferente. Trabaja de forma coherente con todos tus hijos, pero reconoce la necesidad de variar para satisfacer las necesidades de cada uno de ellos.

### El Poder de la Consistencia

Si quieres formar a tus hijos, proporcionarles la crianza que necesitan, tienes que estar a su lado de forma constante a lo largo de los años.

No necesitas ser el mejor padre del mundo, ni el más rico, ni el más amable; lo que más necesitan tus hijos es que seas un buen padre.

#### Referencias:

1. Lamb, Michael E. "How do fathers influence children's development? Let me count the ways." *The role of the father in child development* (2010): 1-27.
2. Rezai Niaraki, Fahimeh, and Hassan Rahimi. "The impact of authoritative, permissive and authoritarian behavior of parents on self-concept, psychological health and life quality." *European Online Journal of Natural and Social Sciences* 2.1 (2013): pp-78.
3. Rivers, Jewell, et al. "Relationships between parenting styles and the academic performance of adolescents." *Journal of Family Social Work* 15.3 (2012): 202-216.
4. Murray, Kantahyanee W., et al. "Perceptions of parenting practices as predictors of aggression in a low-income, urban, predominately African American middle school sample." *Journal of School Violence* 9.2 (2010): 174-193.
5. Alegre, Alberto. "Parenting styles and children's emotional intelligence: What do we know?" *The Family Journal* 19.1 (2011): 56-62.

