

Estrategias de Disciplina para los Niños Pequeños

La disciplina no es un castigo. La disciplina ayuda a que los niños aprendan a comportarse de manera adecuada para su edad y su nivel de desarrollo. Los niños nunca deben sentirse amenazados ni temerosos. Debemos enseñarles con amor y respeto.

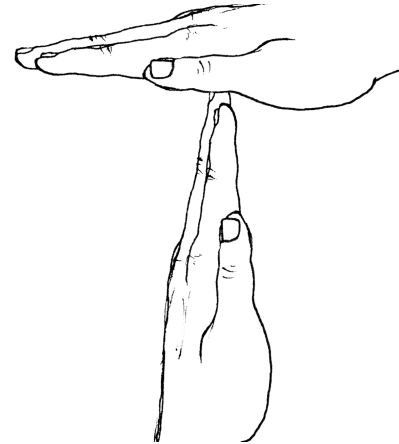
DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 3 AÑOS. .

Los niños muy pequeños no tienen razonamiento suficiente y necesitan algún tipo de intervención por parte de los adultos que los oriente o proteja. A veces los niños lloran o tienen rabietas porque están enfermos, o tienen hambre, sed, o mucho calor; o están muy cansados, demasiado estimulados, o se sienten abandonados. Los adultos deben reconfortar a los niños y evitar que se sientan incómodos, tratando de satisfacer sus necesidades físicas y emocionales. Cuando un niño muy pequeño se porta mal, las formas básicas de disciplinarlo son la supervisión, la distracción y la reorientación.

DE LOS 3 A LOS 8 AÑOS..

Los especialistas en materia de disciplina infantil siempre recomiendan las siguientes estrategias para niños a partir de los 3 años:

1. **Establecer límites.** El establecer límites de manera coherente ayuda a que los niños se sientan tranquilos y seguros.
 - Reduzca sus expectativas a los términos más básicos y sea constante. (por ejemplo: "Sé bueno con tu amigo").
 - Use instrucciones positivas con un tono amable (por ejemplo: "Por favor guarda tu juguete ahora mismo").
 - Cuando le pida algo, hágalo de forma positiva (por ejemplo: "Por favor, habla en un tono más bajo y calmado", en lugar de decir: "¡No grites!").



- Ofrezca advertencias y avisos.
 - Use las palabras "cuando" y "entonces" como un aviso sobre algo, en lugar de emitir amenazas. (Por ejemplo: "Cuando termines de tomar la leche, entonces podrás ir a jugar").
2. **Ignorar.** Algunos comportamientos que no son peligrosos para el niño o para los demás deberían ser ignorados (por ejemplo: el tono quejoso, el discutirlo todo, el usar malas palabras, o el tener alguna rabieta). Si usted no ignora algunos de estos comportamientos, se la pasará corrigiendo al niño y le estará prestando atención a comportamientos negativos en lugar de positivos. A menudo es difícil ignorar a los niños. Las siguientes son algunas pautas que se pueden seguir cuando uno está tratando de ignorar ciertos comportamientos:
 - Evite discutir o mirar al niño a los ojos.
 - Aléjese del niño, pero permanezca en la habitación.
 - Decida cuáles son los comportamientos que usted puede ignorar.
 - Distriga al niño haciendo algo que le guste compartir con usted (por ejemplo: "¡Mira el elefante que hay en este libro!".)
 - Alabe un comportamiento positivo (por ejemplo: "Me gusta mucho cuando en vez de gritarme me explicas por qué estás enojado").
 3. **Tiempo Aparte.** ("Time out" en inglés; se trata

ACT: EL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN CONTRA LA VIOLENCIA

<http://www.ActAgainstViolence.org>

LA DISCIPLINA- HOJA INFORMATIVA 3

de apartar al niño de los demás por un periodo de tiempo limitado.) Es un método que usan algunas familias para ayudar a los niños a calmarse y recuperar auto-control, y también le permite tiempo al adulto para recuperar su propio sentido de autocontrol. No todos los expertos en el desarrollo infantil están de acuerdo sobre si el uso de este método es bueno para los niños. Para las familias que decida usar el tiempo aparte recomendamos lo siguiente:

- Nunca use el tiempo aparte con niños menores de dos años.
- Elija un lugar donde el niño pueda recuperar el control y calmarse.
- Sea selectivo y decida cuáles son los comportamientos negativos que indican que la penitencia es un método apropiado.
- Decida el período de tiempo en que el niño estará aparte y comuníquese al niño. Sugerimos: si los niños tienen 3 años, un máximo de 3 minutos; si tienen 4 años, un máximo de 4 minutos; y para los que tienen 5 años, un máximo de 5 minutos.
- Empiece a contar el tiempo de penitencia después que el niño se haya tranquilizado por lo menos por dos minutos. Es importante darle al niño cierta práctica para que aprenda a calmarse y a recuperar el control.
- Para aquellos niños que no quieren permanecer en penitencia por un cierto período, se debe agregar la pérdida de algún privilegio (por ejemplo: "Hoy no podrás andar en bicicleta").
- Use las palabras "si" y "entonces" para dar las advertencias, y sea constante. ("Si no te quedas en silencio, en penitencia, durante 3 minutos, entonces esta noche no podrás ver televisión.")
- Cuando el niño haya cumplido su tiempo aparte, hay que buscar oportunidades para enseñarle comportamientos positivos (por ejemplo: "José busquemos una mejor manera de demostrarle a Pedro que estás enojado con él, en lugar de pelear").

4. Enseñar las Consecuencias. A veces los padres le

pueden enseñar al niño a no repetir un comportamiento negativo si le advierten o le avisan lo que le puede pasar como consecuencia de su acción. Cuando la seguridad del niño (por ejemplo: si está jugando con fósforos y se puede quemar) está en peligro, este método no debe ser usado. Ejemplos de las consecuencias podrían ser: (1) El niño continúa tirando la pelota a la calle después de que se le ha pedido que no lo haga, y la pelota desaparece por el agujero de la alfombra;(2) el niño dibuja sobre la pared y el padre le quita los lápices de color; (3) el niño llora sin parar porque quiere un juguete de una tienda y los padres se lo llevan a la casa. Siempre hay que explicarle al niño cual es la conexión entre su comportamiento y las consecuencias.

5. Pérdida de privilegios. Cuando un niño tiene edad suficiente para entender que se le quitará un privilegio, si continua comportándose mal, esto puede ser una experiencia instructiva:

- Le ofrece al niño la opción de controlarse o de perder un privilegio y le enseña que sus opciones o sus acciones tienen consecuencias.

No es justo quitarle un privilegio a un niño si no se le ha advertido sobre cuáles van a ser las consecuencias. Es importante tener en cuenta el nivel de desarrollo del niño al determinar si el comportamiento merece la suspensión de un privilegio en particular. Por ejemplo:

A LOS 3 AÑOS: Si el niño le tira arena repetidamente a los otros niños, pierde el privilegio de quedarse jugando en la arena.

A LOS 4 AÑOS: Si bota la muñeca de su hermanita en el basurero, pierde el privilegio de jugar con los juguetes de su hermana.

A LOS 5 AÑOS: Si le escupe a su hermano mayor, no se le lee un cuento antes de acostarse.

A LOS 6 AÑOS: Si destruye el rompecabezas de su hermano o hermana, debe quedarse adentro de la casa mientras sus hermanos montan bicicleta.

A LOS 7 AÑOS: Si contesta faltando el respeto, no se le permite que mire su programa de televisión preferido.

