

Disciplina y amor



Pautas de Actuación para Padres, Madres y Profesorado

ASOCIACIÓN ANDALUZA PARA LA DEFENSA DE LA INFANCIA
Y LA PREVENCIÓN DEL MALTRATO INFANTIL



La Asociación Andaluza para la Defensa de la Infancia y la Prevención del Maltrato (ADIMA) lleva trabajando, desde su creación en el año 1990, en la promoción del buen trato y en la mejora de la calidad de vida infantil. Nuestra amplia trayectoria de intervención en el ámbito de la infancia y adolescencia nos ha permitido tomar conciencia de la gran necesidad que manifiestan los diferentes colectivos implicados en la educación infantil (familias, profesorado, grupos de tiempo libre, etc.) de recibir información, conocer recursos útiles y obtener respuestas que les permita abordar la difícil tarea en la que se encuentran inmersos.

Con la elaboración del presente manual se pretende ofrecer un material de consulta que pueda ser utilizado tanto por los padres y madres, como por los profesionales que trabajan directamente con los y las menores. Se ha tratado básicamente de hacer visible la necesidad de ofrecer modelos alternativos al uso de la violencia, al mismo tiempo que se favorezca una educación democrática que proporcione a los niños y niñas valores y pautas adecuadas de conducta. Todo ello basado en los Derechos y Necesidades de la Infancia como eje vertebrador.

En definitiva, “éste ha sido un trabajo realizado con la esperanza de contribuir a un proceso de mejora de la atención a la infancia en el que, inevitable y afortunadamente, todos y todas estamos implicados en mayor o menor medida”.

La elaboración de este manual ha sido posible gracias a la colaboración desinteresada de la Asociación de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales y Prevención del Maltrato Infantil de Cantabria (CAVAS-Cantabria), que nos ha permitido utilizar su material “Esos locos bajitos...Claves para comprender el comportamiento infantil”, que tanto nos ha ayudado y facilitado el trabajo.

El presente programa ha sido financiado por el Ministerio de Sanidad y Política Social.

INTRODUCCIÓN.....	03
1. LOS ESTILOS EDUCATIVOS.....	04
2. LA DISCIPLINA INDUCTIVA, UNA ALTERNATIVA NECESARIA.....	06
3. LA DISCIPLINA, COMO UNA NECESIDAD INFANTIL.....	07
3.1 NECESIDADES EMOCIONALES.....	09
3.2 NECESIDADES SOCIALES.....	09
4. REQUISITOS BASICOS PARA UNA DISCIPLINA INDUCTIVA.....	11
4.1 ESTABLECIMIENTO DE NORMAS, LÍMITES Y CONSECUENCIAS.....	11
5. CUANDO LOS NIÑOS SE PORTAN MAL.....	13
6. COMO MANEJAR LAS CONSECUENCIAS PARA CAMBIAR LA CONDUCTA.....	14
7. COMO REACCIONAR ANTE UNA CONDUCTA INADECUADA.....	15
8. COMO ACTUAR ANTE PROBLEMAS CONCRETOS.....	16
8.1 CONSEJOS PARA RESOLVER LAS AGRESIONES ENTRE NIÑOS.....	16
8.2 IDEAS PARA AFRONTAR LAS RABIETAS.....	17
8.3 IDEAS PARA AFRONTAR LAS LLAMADAS DE ATENCION.....	18
8.4 IDEAS PARA AFRONTAR SITUACIONES DE DESOBEDIENCIA.....	19
9. PAUTAS DE ACTUACION PARA PADRES Y PROFESORES.....	20
10. EL CASTIGO FISICO NO ES UNA ALTERNATIVA.....	22
11. DERECHOS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS.....	23
BIBLIOGRAFÍA.....	24

Introducción

En las últimas décadas, intentando buscar la mejor forma de educar a los niños y niñas, hemos pasado del “orden y mando” a negociar todo. En contextos como la familia y la escuela, este cambio de modelo de autoridad en la educación presenta dificultades que exigen cierta reflexión. Hemos pasado de una autoridad rígida y autoritaria donde los niños/as obedecían sin cuestionar al adulto a un modelo de educación totalmente permisivo en el que el niño/a termina consiguiendo todo lo que reclama. Para muchos padres y educadores la forma de evitar el conflicto es terminar cediendo. Por este motivo es importante definir y reflexionar sobre el uso de la autoridad.

Cuando en educación hablamos de autoridad no lo hacemos como un modo de supremacía, dominio o jerarquía, sino como un poder de influencia positivo sobre el niño/a. Disciplina, normas y límites son fundamentales, es importante enseñar a los niños/as a comprender el sentido de las reglas y a respetarlas, así como las consecuencias de su conducta.

La disciplina no es solo castigar a los niños/as para lograr que hagan lo que las personas adultas queremos, sino que abarca muchos otros aspectos ya que se crean capacidades o habilidades respetando las características individuales de los niños y niñas; además se fomentan valores como el respeto, la tolerancia, responsabilidad, por todo ello la disciplina no solo es importante en la infancia sino también ayudará en la vida adulta.

Tanto padres y madres como profesorado manifiestan haber perdido el respeto y el control de sus hijas/os y del alumnado y en muchas ocasiones se plantean situaciones conflictivas que dificultan la convivencia familiar y escolar.

En el contexto educativo la conducta antisocial y la indisciplina en general (conductas disruptivas) aún no siendo especialmente graves, afectan tanto al profesorado como a la clase general impidiendo un clima apropiado para la labor educativa. En el contexto familiar, padres y madres se sienten desorientados a la hora de educar a sus hijos/as y plantean muchas dudas y preguntas referentes a los límites que deben imponer a sus hijos/as. ¿Cuándo hay que recriminar, advertir o castigar a un niño o niña?, ¿En qué momento el ejercicio de la autoridad pasa de lo necesario a lo abusivo?, ¿Cómo podemos guiar a nuestros hijos/as sin generar tensiones necesarias? Las preguntas se amontonan y no siempre encontramos las respuestas.

Con la elaboración de este material, pretendemos poder ofrecer a las familias y al profesorado algunas reflexiones que ayuden a encontrar respuestas a estas preguntas, así como algunas herramientas prácticas que les ayude no sólo a comprender, sino también a actuar.

01 | Estilos Educativos

El estilo educativo que adoptamos con los niños y niñas contribuye de diferentes maneras en su desarrollo y en la adquisición de los diferentes hábitos. Sin darnos cuenta, la mayoría de las veces repetimos los patrones que nuestros padres, madres y/o tutores han utilizado con nosotros. Con frecuencia solemos repetir frases que ellos y ellas nos decían y que nos fastidiaba escucharlas.

¿Por qué ocurre esto? Pues porque no conocemos otro modo de educar. A veces tenemos muy claro lo que queremos, pero no sabemos cómo llevarlo a cabo y terminamos recurriendo a los castigos de siempre.

Por otro lado, el estrés al que estamos sometidos no contribuye demasiado a nuestra vida familiar. La mayoría de las veces estamos demasiado cansados para imponernos, tenemos demasiadas cosas que hacer como para estar pendientes de lo que los niños/as hacen o recibimos demasiadas presiones del exterior para que nuestra familia sea de una determinada manera o tenga un montón de cosas, por lo que nos resulta realmente complicado que en casa se pueda funcionar de una manera relajada.

Nuestra forma de ser, el aprendizaje que hemos tenido y nuestra situación familiar y social pueden dar origen a diferentes modos de educar a los niños/as. A continuación encontrarás cuatro de los estilos educativos más representativos.

Estilo autoritario. «Las cosas se hacen porque lo digo yo». En este caso existen normas muy claras y consecuencias muy dañinas si no se cumplen. La agresión verbal o física suelen estar presentes en este estilo y el niño o la niña aprende a hacer caso a ESTILOS EDUCATIVOS aquella persona que impone la autoridad, pero no aprende a realizar las conductas adecuadas.

Si actúas siempre de forma autoritaria, el niño/a no aprenderá a distinguir entre lo que está bien y lo que está mal, porque todo depende de tu criterio. Es posible que crezca con miedo y con falta de iniciativa.

Si actúas siempre de forma permisiva, el niño/a aprenderá rápidamente que puede hacer lo que le viene en gana y no atenderá a razones ni a normas cuando trates de imponérselas. Posiblemente se convierta en una persona poco responsable, evitará el esfuerzo y será bastante infantil.

Estilo permisivo. «Haz lo que quieras, me da igual». En este caso no hay normas, aquí todo vale. Da igual a qué hora se coma o lo que se coma, si hay que jugar de una determinada manera, si se puede poner la tele cuando uno quiera... Lo importante es que no se moleste. La niña o el niño que vive este estilo parental no tiene límites porque está acostumbrado a hacer lo que le parece.



Estilo sobreprotector. «No hagas eso que puedes hacerte daño». Cuando adoptamos este estilo optamos por proteger al niño/a impidiendo que realice cosas que podría hacer por sí mismo. Nos encargamos de vestirle o de ducharle, porque, según nosotros, no sabe. Pero también hacemos lo posible para que no llore, no se disguste o no le vayan las cosas mal. El niño o la niña en ambiente sobreprotector espera que se lo den todo hecho y difícilmente puede afrontar las diferentes situaciones de la vida diaria por sí solo. Siempre necesita que haya un adulto cerca.

Si actúas de forma inductiva o educativa, el niño/a sabrá distinguir las conductas adecuadas de las que no lo son, independientemente de que le premies o castigues por ello. En general, será una persona segura de sí misma, con capacidad para opinar y tomar decisiones.

Estilo Inductivo. «Voy a enseñarte a que te desenvuelvas por ti mismo». Bajo esta forma de entender la educación el padre, la madre y educadores saben que pueden contribuir a que el niño/a se desarrolle plenamente y para ello son necesarios unas normas, límites y rutinas que le ayuden a organizarse y le permitan ser cada vez más autónomo. El niño/a aprende lo que tiene que hacer porque le han enseñado a hacerlo.

Ninguno de estos estilos suele darse como un estilo puro. A veces educamos de forma autoritaria, otras permisiva...Y en ocasiones encontramos en un mismo hogar diferentes modos de tratar a los niños y niñas. Estas situaciones pueden generar bastante confusión pues no damos la posibilidad de que el niño aprenda a qué debe atenerse.

Si con frecuencia actúas de forma sobreprotectora, el niño/a no aprenderá a hacer nada por sí solo, dependerá siempre de ti. A estas edades, lo más probable es que el niño/a crezca rodeado de miedo e inseguridades. Más adelante puede rebelarse contra todo aquello que tú consideras adecuado.

2 | La disciplina inductiva, una alternativa necesaria

Los niños y niñas necesitan ser guiados por las personas adultas para aprender a distinguir “lo que está bien de lo que está mal”. Necesitan unas normas básicas que guíen y marquen límites a su comportamiento. Esto les da seguridad porque saben qué ocurrirá ante determinadas conductas y, además de esta manera se evitan muchos conflictos. Las personas adultas deben ofrecer modelos de comportamientos adecuados, a través del establecimiento de unas normas y límites claros aplicando consecuencias lógicas dialogadas, argumentadas, razonables y proporcionadas a su falta de cumplimiento, de un modo flexible pero consistente y coherente.

Podemos definir la disciplina inductiva como un modo de ejercer la “**autoridad**” de una forma razonada, sometiéndose al diálogo y la discusión, y la “**obediencia**” de manera participativa.

Una disciplina inductiva ayuda al niño/a a desear hacer las cosas bien, a estar motivado para comportarse de manera adecuada, a aceptar las normas por convencimiento. Al principio la aceptación de la norma tiene que ver más con el miedo al castigo y con la búsqueda de recompensas, pero poco a poco el niño/a irá interiorizando las normas de forma que éstas pasen de tener un origen en la autoridad a ser comprendidas como necesarias y útiles.

Características de esta tipo de disciplina:

- Son un conjunto de estrategias utilizadas por las personas adultas para influir de forma positiva en los niños/as e inculcarles un conjunto de valores y normas culturales socialmente aceptadas.
- La meta en la disciplina inductiva es la colaboración, nunca el control.
- Requiere al principio esfuerzo, constancia y práctica para que esas formas de conducta pasen a ser un hábito.
- Ayuda a personas adultas y a niñas y niños a sentirse bien consigo mismos.

Ventajas de utilizar esta forma de disciplina:

- Ayuda a desarrollar autocontrol y auto-dirección infantil.
- Mejora la socialización de la niña y el niño.
- Proporciona madurez y una personalidad con rasgos de autocontrol, persistencia y capacidad para tolerar la frustración.
- Permite interiorizar patrones morales.
- Ofrece seguridad emocional al niño, eliminando la sensación de confusión, inseguridad e incertidumbre.

3 | La disciplina, una necesidad infantil

Para que los niños y niñas sean felices es fundamental que sientan seguridad y protección. El sentimiento de protección aparece con el establecimiento de límites. Para el niño/a sería terrible sentir que nadie le controla. Igualmente, las normas le enseñan qué está permitido y qué prohibido, un aprendizaje imprescindible para convivir con los demás.

En realidad, el niño/a necesita sentirse libre y autónomo pero siempre dentro de unas ciertas reglas y unos límites. Si no pusiéramos ningún límite al comportamiento del niño/a, si cedieran ante todos sus deseos (estilos educativos permisivos), estarían ofreciendo un modelo erróneo, y el niño o la niña no aprendería qué puede y no puede hacer; cuándo puede y cuándo no. Estaríamos limitando su crecimiento personal y psicológico. Al establecer reglas o límites estamos creando un entorno de seguridad necesario para su desarrollo integral.

Pero no podemos hablar de establecimiento de límites como una necesidad infantil sin prestar atención al resto de necesidades que hay que tener en cuenta a la hora de dar forma al estilo educativo que tratamos de desarrollar.

Aunque todos asumimos que las niñas y niños tienen que tener cubierta una serie de necesidades físicas básicas para poder desarrollarse de una forma adecuada, alimentación, higiene, sueño..., no podemos olvidarnos de que existen otras necesidades igualmente importantes para su desarrollo como son las necesidades cognitivas, emocionales y sociales.



NECESIDADES FÍSICAS	
Alimentación	Suficiente, variada y adaptada
Temperatura	Vivienda, vestido, sol
Higiene	Entorno, casa, cuerpo
Sueño	Suficiente y en condiciones adecuadas
Salud y tratamiento de la enfermedad	Revisiones, vacunas, ocio saludable
Actividad corporal	Movilidad, juegos, aire libre, elementos naturales
Integridad física y protección de riesgos imaginarios	Accidentes, guerra, violencia

NECESIDADES COGNITIVAS	
Estimulación sensorial	Estimular los sentidos (oído, tacto, vista...) Proporcionar un entorno con variedad de estímulos. Estimular lingüísticamente (hablar, cantar, recitar...)
Exploración física y social	Facilitar contactos con el entorno físico y social. Ofrecer contextos adecuados y variados.
Comprensión de la realidad	Escuchar y responder de forma adecuada a la edad y a las preguntas. Decir la verdad y hablar de sentimientos. Hacerles participar en el conocimiento de la vida.
Sistemas de valores y normas	Ofrecer una visión positiva de la vida. Transmitir actitudes, valores y normas.

NECESIDADES EMOCIONALES	
Afecto y Seguridad Emocional	Querle siempre y decirselo a menudo. Ofrecer un modelo de apego seguro. Compartir tiempo, charlas y juegos.
Estima y valoración	Felicitarle cuando haga las cosas bien. Reforzar la consecución de objetivos.
Identidad personal y autoestima	Valorarle como una persona única. Evitar comparaciones. Escucharle, intentando entender como se siente.
Seguridad y pertenencia	Establecer normas y límites claros. Evitar el daño físico y moral.
Curiosidad de imitación sexual	Responder a preguntas. Permitir y controlar juegos e imitaciones de tipo sexual. Educación sexual. Proteger de abusos.

NECESIDADES SOCIALES	
Ocio y tiempo libre	Jugar como actividad fundamental en su vida. Escenificar y representar personajes. Jugar en compañía de otros. Ver la TV de manera controlada. Facilitar el contacto con agua, tierra, plantas,...
Red de relaciones sociales	Fomentar la integración con iguales. Relaciones de amistad y compañerismo. Facilitar la incorporación a grupos infantiles.
Participación y autonomía progresiva	Participación en la toma de decisiones. Darles oportunidades de experimentar las consecuencias de sus actos. Darles opción a experimentar nuevas posibilidades.

Prestando especial atención a las necesidades emocionales y sociales...

3.1

Necesidades emocionales

Niñas y niños necesitan de personas con quienes compartir sus sentimientos, de las que reciban comprensión y estima. Personas que estén disponibles para ellas y ellos y en quienes puedan encontrar interés, amor y apoyo (figura de apego). De esta manera se establecen las bases del sentimiento de seguridad.

Para que el niño/a se muestre dispuesto a aceptar las normas o los límites es necesario que exista un buen clima de afecto y cariño. La conciencia de sí mismo/a tiene que ser positiva percibiendo que aquellos que tratan de educarle esperan de él lo mejor porque él puede conseguirlo. Contar con alguien que nos haga sentir que somos capaces de emprender cosas y llevarlas a cabo le permite que se sientan seguros de actuar libremente.

Algunos consejos para responder a las necesidades emocionales:

- Es importante centrarnos en lo mejor del niño/a y no en lo peor. Reconocer los aspectos positivos y ver los negativos como algo que se puede mejorar.
- Elogiarles cuando hacen algo bien: con frecuencia prestamos más atención a las conductas inadecuadas de la niña/o que a las adecuadas o correctas.
- Reconocerle cualquier esfuerzo por pequeño que sea aunque estemos convencidos de que puede hacerlo mejor.
- Utilizar el juego para realizar tareas que para ellos y ellas puedan resultar aburridas.
- Utilizar las risas con los niños/as, desdramatizar las situaciones difíciles.
- Prestar atención positiva. Hay que prestar atención al niño o la niña cuando está realizando conductas positivas. Los niños/as suelen llamar la atención de los adultos a través de conductas inadecuadas. Si prestamos atención a estas conductas o les damos respuesta, esta conducta será un potente refuerzo para el niño o la niña y la utilizará cada vez que necesite llamar la atención del adulto sobre algo.
- Ofrecer incentivos y recompensas. Elogiar al niño/a así sentirá que se valora sus esfuerzos y progresos.
- Ofrecer alternativas para que pueda elegir, de este modo podrá ver que lo que ocurre es una consecuencia de su decisión.

3.2

Necesidades sociales

La necesidad de relacionarse con los demás es fundamental para el desarrollo social de los niños y las niñas. Para ello es fundamental adquirir ciertas habilidades sociales. Llamamos habilidades sociales a las conductas que nos permiten relacionarnos positivamente con los demás. Aprender y desarrollar dichas habilidades será fundamental si queremos conseguir una buena socialización infantil.

En primeros años, las niñas y niños carecen de estas habilidades sociales y por ello es frecuente que existan conflictos entre ellos. Es necesario que el niño/a acepte que pertenece a un grupo con ciertas características y costumbres que debe respetar si quiere ser reconocido positivamente por sus iguales y los adultos que le rodean. En este sentido la familia y la escuela tienen un papel fundamental y deben trabajar conjuntamente para ayudar no solo a aprender sino a interiorizar dichas normas y conductas sociales. Si el niño/a se encuentra cómodo y seguro en su entorno, si tiene buenas relaciones con los compañeros, si es capaz de ponerse en el lugar del otro (desarrollo de la empatía), si es capaz de compartir, de respetar turnos de palabras... será un niño o una niña socialmente aceptado/a y respetado/a. Y esto le hará sentirse querido/a y seguro/a, base esencial para todo aprendizaje.

Funciones de las habilidades sociales:

- Conocimiento de sí mismo y de los demás. Los niños/as llegan a conocer su propia competencia al relacionarse con los demás y compararse con ellos, contribuyendo a la formación del autoconcepto. También van conociendo cosas de los demás y aprenden a conocer su mundo social. Las relaciones interpersonales proporcionan un contexto que es crucial tanto para la individualización como para la socialización.
- Para relacionarse con los demás, la niña/o tiene que desarrollar determinados aspectos sociales, conductas, habilidades y estrategias que debe poner en práctica: reciprocidad, empatía y adaptación de roles y perspectivas, colaboración y cooperación, intercambio en el control de la relación, estrategias sociales de negociación y de acuerdo...
- Autocontrol y autorregulación de la propia conducta en relación a la información que da y recibe de los otros. Los iguales actúan como agentes de control reforzando o castigando determinadas conductas.
- Apoyo emocional y fuente de disfrute. Cuando el niño/a se relaciona con los demás encuentra afecto, intimidad, alianza, ayuda, apoyo, compañía, aceptación, sentimiento de pertenencia, sentido de inclusión...
- Otros aspectos importantes en las relaciones con sus iguales es el aprendizaje del rol sexual, el desarrollo moral y el aprendizaje de valores.

La familia constituye el primer agente socializador para el niño/a. A partir de las figuras de apego que establece en la familia se aprenden las habilidades básicas para relacionarse con los demás. Son estas figuras las que van moldeando dichas habilidades a través de las experiencias compartidas. Empatía, reciprocidad, adopción de perspectivas en la relación, negociación y acuerdo, expresión emocional... se aprenden y desarrollan a partir de estas relaciones.

Pero no solo en la familia el niño/a aprende a relacionarse con los demás, la escuela también tiene un peso importante en este proceso de socialización. Actualmente existe un acuerdo básico que sitúa a la escuela como una institución para fomentar y proporcionar la competencia social del alumnado. Dentro de la escuela existen contextos sociales como el colegio, el aula, el recreo en los que los niños y niñas pasan gran parte de su tiempo relacionándose entre sí y con el profesorado. Por este motivo se considera que la escuela constituye uno de los entornos más relevantes para el desarrollo social de los niños y niñas, para el aprendizaje de habilidades adecuadas de relación interpersonal.

4 | Requisitos básicos para una “disciplina inductiva”

4.1

Establecimiento de normas, límites y consecuencias...

Las normas y los límites no son un medio para controlar a los niños/as o conseguir que éstos obedezcan a los adultos, sino un método que les ayuda a integrarse en la sociedad mostrándoles patrones de conductas socialmente admitidas y, por consiguiente, también las que no lo son. Para una buena convivencia tanto familiar como escolar es necesario establecer normas y límites.

A los niños y las niñas les gustan los límites, hacen que se sientan seguros y seguras. Pero también intentan ponerles a prueba para ver hasta dónde pueden llegar para conseguir aquello que quieren. Cuando los niños/as fuerzan los límites es importante que padres y madres y profesorado se mantengan firmes y no cedan a todo tipo de chantajes afectivos, que pueden entrar en juego en ese momento. Los límites no son sinónimo de castigo sino de enseñanza, marcan lo que se espera de nosotros y así nos es más fácil agradar a los demás con nuestro comportamiento.

Además, ayudan a los niños/as a asumir el control de su comportamiento y a ser responsables de sus acciones (no olvidemos, que la responsabilidad se aprende). Por tanto, podemos estar seguros de que los niños/as de todas las edades deciden cómo se comportan y ajustan su comportamiento en función de las respuestas que reciben o de las consecuencias de sus actos.

¿Cómo deben ser las normas?

- Claras y específicas. El niño/a tiene que saber claramente lo que se espera de él. La norma debe establecer qué tiene que hacer, cuándo hacerlo, cómo hacerlo y qué consecuencias supondrá su cumplimiento o incumplimiento. Por ejemplo, es preferible decirle al niño o a la niña “quiero que permanezcas sentado/a en tu silla hasta que termines de comer” que decir “pórtate bien”.
- Hay que explicar el sentido que tiene la norma para el bienestar del niño y el grupo (familia o clase). “Si respetamos el turno de palabra para hablar, todas las opiniones serán escuchadas”.
- Deben estar ajustadas a la edad y al desarrollo evolutivo del niño/a. Si la norma es poner la mesa, no puede ser igual para un niño de 3 años que a uno de ocho, y esto es necesario explicárselo.
- Ser comprobables. Para poder recompensar la conducta o sancionarla. “Recoger los juguetes en media hora”, una vez pasado el tiempo se comprueba si se ha cumplido.



En general para que una consecuencia sea eficaz debe cumplir los siguientes requisitos:

Ha de ser inmediata, después de la conducta inaceptable de este modo el niño/a la asociará a lo que ha hecho mal.

Tener límites de tiempo: principio y final bien definidos. Las consecuencias a largo plazo pierden efectividad.

Coherencia entre palabras y actos. Si le pedimos al niño/a que no grite no podemos hacerlo gritando.

Hacer borrón y cuenta nueva. Si se incumple una norma y eso ha tenido una consecuencia, volvemos a empezar de nuevo.

Evitar sentir lástima. La sobreprotección o hacer por ellos las tareas les daña mucho, ya que indica que los niños/as no son capaces de realizarlo ellos mismos. Promueve debilidad.

Hablar menos y actuar más. Una frase corta que indique la consecuencia de la conducta (acción) es más eficaz que un sermón.

- Deben ser cortas cuando se anuncian y planteadas en positivo. “Comemos sentados” en vez de “no te levantes cuando comas” significa lo mismo y así no se asociarán las normas con las prohibiciones, le damos un aspecto más positivo y por tanto motivamos al niño/a a cumplirlo.
- Revisables y evaluables periódicamente. Por ejemplo la hora de acostarse puede ir modificándose con la edad.
- Que sean razonables y fáciles de cumplir. Por ejemplo, a una niña o un niño muy activa/o, no podemos pedirle que permanezca quieta/o durante una hora leyendo. Si ponemos una meta demasiado alta, puede que se desanime.
- Es importante que las normas sean comunicadas y aceptadas por el niño/a o grupo. Si es posible compartidas y no impuestas. Respetarán las normas mejor si han participado en su diseño.

Es importante además:...

- Explicar las consecuencias que tiene tanto su cumplimiento como su incumplimiento. Para que así sepan con seguridad lo que va a ocurrir, así no tendrán tanta necesidad de “probar”.
- Hacer recordatorios de las mismas de vez en cuando. Sobre todo al principio.
- Empezar con pocas normas e ir progresivamente aumentando su número a medida que se van adquiriendo.

5 | Cuando los niños se portan mal

Cuando el comportamiento del niño o la niña no es adecuado, cuando los niños/as se portan “mal”, los adultos solemos tener dos tipos de reacciones que pueden bloquear o facilitar el tratamiento de ese mal comportamiento.

Reacciones que bloquean:

- Reproches y acusaciones “Me molesta, Tú tienes la culpa”
- Insultos: “Eres tonto, nos sabes hacer nada bien”
- Expresar órdenes: “¡Vete allí y siéntate!”
- Emitir frases desagradables: “¡Deja de fastidiar!”
- Lanzar frases de críticas: “¡Todo lo rompes!”
- Amenazas: “Si no lo recoges tendrás problemas”
- Victimismo: “¡Al final vais a conseguir que me vaya de aquí!”
- Profetizar catástrofes: ¡Nunca lo conseguirás!

Reacciones que facilitan el cambio:

- Tomar distancia. Intentar ver la situación desde fuera. Algunas veces vemos un conflicto entre personas ajenas a nosotros y no parece desmesurada la respuesta por alguna de las partes, esto se debe a que la distancia nos hace ser más objetivos. Por tanto, ver la situación con cierta distancia nos puede ayudar a tomar una decisión más coherente.
- Recuperar la calma. Irse o esperar un tiempo prudente antes de dar una respuesta.
- Centrarse en lo esencial. En la mayoría de las veces, se obtiene mejor resultado fijándonos únicamente en lo más esencial que sancionando por todo.
- Restablecer la paz.
- Anticiparse a la situación conflictiva y planificar una estrategia.
- Flexibilidad.
- Utilizar el sentido del humor y desdramatizar las situaciones.

6 | Cómo manejar la consecuencia para cambiar la conducta

Las consecuencias es el resultado que tiene para el niño/a o el grupo la realización de una conducta. Las consecuencias dan coherencia a la norma, permite experimentar el resultado de nuestra conducta. La conducta va a depender de las consecuencias que tiene.

Si la conducta del niño/a va acompañada de un premio o recompensa ya sea material (un juguete, una golosina) o social (una palabra de elogio, una sonrisa, la atención de los adultos, etc.), estaremos reforzando de forma positiva la conducta y el niño o la niña la repetirá con más frecuencia en el futuro.

Si la conducta de la niña o el niño va seguida de un hecho una situación desagradable es más probable que esta no vuelva a repetirse (no ver la televisión si no ha recogido los juguetes).

Por lo tanto, si quieres que aumente una conducta trata de reforzarla con algo que resulte gratificante. Para esto es importante saber qué cosas le gustan o motivan al niño/a o al grupo. Hay que tener en cuenta que aunque hay cosas que nos resultan gratificantes a todos (aceptación social por parte de nuestras figuras significativas), cada persona es diferente y lo que a unos puede resultarle agradable a otros no.

Y si lo que quieres es que disminuya una conducta, una de las técnicas más eficaces es la EXTINCIÓN que consiste en ignorar, en dejar sin consecuencia la conducta que queremos que desaparezca. No debemos olvidarnos de reforzar conductas positivas alternativas. Otra alternativa es el castigo, en muchas ocasiones castigar es “inevitable”. Por eso es importante aprender cómo hacerlo. En ningún caso el castigo es una oportunidad par humillar al niño/a o al grupo. O para demostrar y hacer valer la autoridad de los adultos por encima de todo.

El castigo se puede usar de dos formas:

- La aplicación de algo negativo y desagradable (limpiar la pared que ha pintado anteriormente, quedarse sentado en la silla).
- La retirada de algo positivo y agradable (no ir al parque, no salir al recreo).

El castigo deberá haber sido comunicado con anterioridad y aplicado justo después de la conducta y proporcionales a la falta. Los castigos sólo son eficaces si son esporádicos, previsibles y delimitados.

Expectativas y modelos

Las expectativas que tengamos de los niños y las niñas juegan un papel importante en la configuración de las actitudes y, consecuentemente, en la conducta. Si le decimos constantemente a un niño o una niña que es malo o mala, se comportará en consecuencia al autoconcepto que se forme de sí mismo (voy a tirar la mesa, soy un/a niño/a malo/a). Por este motivo debemos dejarle claro al niño/a que lo que está mal es su conducta, no él. Es muy importante recordarle frecuentemente la confianza que tenemos en sus posibilidades de conseguir hacer las cosas bien y lo contento que nos ponemos por sus logros.

También es necesario señalar la importancia de los modelos a la hora de crear o modificar las conductas:

A veces los niños y niñas no se portan “bien” simplemente porque no saben cómo hacerlo, por eso resulta imprescindible servirles de modelos. Los niños aprenden por imitación, no podemos pretender que no pongan los pies encima de la mesa si nosotros lo hacemos, o que pidan las cosas por favor si es algo que no nos ven hacer a los adultos.

Otras veces con nuestra actuación, damos a los niños/as consignas confusas: por ejemplo el padre que le dice a su hijo/a que no debe pegarle a su hermana, pero se lo dice pegándole en la mano.

7 | Cómo reaccionar ante una conducta inadecuada

Ante una conducta inadecuada debemos actuar de la siguiente forma:

1. Describe su conducta con un lenguaje no valorativo: “Los juguetes no están recogidos aún”, en lugar de “eres un desastre, mira como tienes la habitación”
2. Explícale la razón por la que tiene que cambiar su conducta: Exprésalo simple y directamente: “Me preocupo si llegas tardes”
3. Reconoce sus sentimientos: “Se que estas enfadado”
4. Formula claramente lo que esperas de él/ella: “Necesito que me ayudes ahora”

8 | Cómo reaccionar ante problemas concretos

8.1

Consejos para resolver las agresiones entre niños/as.

1. Definir las formas o estrategias que consideramos aceptables y las inaceptables para resolver un conflicto.
2. Enseñar soluciones alternativas a los conflictos (el diálogo ante la pelea).
3. Recompensar las mejoras en la solución a los problemas.
4. Utilizar las consecuencias negativas si fuera necesario.
 - a. Se deberá informar al niño/a con antelación de las medidas que se tomarán ante futuras peleas.
 - b. Restringir los privilegios.
 - c. Utilizar la técnica TIEMPO FUERA:
 - Retirar al niño o la niña de la situación durante un periodo de tiempo específico.
 - Antes de aplicar esta técnica, avisar al niño/a de lo que va a pasar.
 - Después de haber sido apartado durante un tiempo establecido es conveniente que se incorpore a la actividad y dejarle que lo intente de nuevo.
 - d. Utilizar la “REPARACIÓN DE DAÑOS”:
 - Orientar al niño o niña de cómo puede deshacer o corregir el daño social o físico causado.
 - Orientar al niño/a a realizar el comportamiento adecuado para corregir en la manera de lo posible el daño (pedir perdón, curar la herida...).
 - Supervisar y elogiar.
5. Utilizar medidas preventivas
 - a. Establecer límites.
 - b. Marcar reglas simples: respetar los turnos, pensar como se siente el otro...
 - c. Dirigir y vigilar durante el juego.
 - d. Motivarlos y darles incentivos para que estén dispuestos a cooperar.
6. Reforzar al niño/a que sepa controlarse.

8.2

Ideas para afrontar las rabietas.

Las rabietas son un poderoso mecanismo que utilizan los niños y las niñas para llamar la atención y obtener algo que no les esta permitido.

El modo en que la familia y el entorno próximo maneja estas primeras manifestaciones de frustración del niño/a va a condicionar que las rabietas se mantengan, vayan desapareciendo o aumenten.

¿Qué podemos hacer?

Cómo prevenir

1. Intentar evitar aquellas situaciones y circunstancias que puedan facilita la aparición de rabietas, como hambre, sueño, etc.
2. Establecer normas razonables, claras y coherentes para que el niño o la niña conozca claramente que cosas están permitidas y cuales no.
3. Las reglas deben ser siempre las mismas, independiente mente de donde y con quién esté.
4. Reforzar los comportamientos positivos. Hacerle caso y alabarle cuando su conducta es la adecuada.
5. Animarle a que hable de lo que siente e indicarle formas adecuadas para expresar su ira o su frustración.
6. Si el niño/a recibe nuestra atención cuando está tranquilo/a no necesitará recurrir a los berrinches.
7. Modelar alternativas a la rabieta, evitando discutir o gritar delante del niño o la niña.
8. Fomentar la autonomía y ofrecer opciones para que elija en vez de hacer peticiones o dar órdenes. “¿Quieres tomarte la leche en el vaso rojo o en el verde?”
9. Avisar con tiempo cuando vaya a producirse algún cambio de actividad para que pueda prepararse y hacerse a la idea.
10. En las fases iniciales utilizar la distracción desviando su atención hacia otra actividad u objeto.

Cómo manejarlas

1. **Ignorando** la rabieta (técnica de extinción).
 - Intentaremos no hacerle caso y buscar alguna actividad que nos ocupe mientras dura la rabieta, debe quedar claro el mensaje de que con esa forma de actuar no conseguirá nada de lo que pide, ni si quiera nuestra atención.
 - Si no se puede ignorar totalmente, al cabo de unos minutos es conveniente repetir alguna frase clave: “entiendo que estés enfadado/a pero no puedo darte el cuchillo”, “cuando dejes de llorar, vuelve y jugamos”...

2. **Prestando atención** a situaciones alternativas.
 - Como colaboración, obediencia, aceptación de frustraciones.
 - Sorprenderles cuando se portan bien y decírselo.
3. **Evitando** que utilicen la rabieta para eludir las obligaciones.
4. **Mantener** una actitud de calma y serenidad.

Qué cosas debemos evitar

1. **Darle un cachete.** Sólo ayudará a que empeore la rabieta.
2. **Gritarle.** Si gritamos solo conseguiremos que suban el tono y gritaremos cada vez más.
3. **Ceder al capricho.** Equivale a premiarle por el berrinche.
4. **Intentar razonar** con el niño/a porque no nos escuchará.

8.3

Ideas para afrontar las llamadas de atención.

Uno de los motivos más importantes que hace que una niña o un niño se porte mal es la búsqueda de atención por parte del adulto. Las niñas y niños necesitan que se les preste atención, si de manera normal no la obtienen, la buscarán realizando comportamientos o conductas inadecuadas. Es decir, el niño/a prefiere que se le llame la atención por hacer algo mal a que se le ignore o no se le tenga en cuenta.

Cómo actuar

1. Dar al niño o la niña un **tiempo de atención** concreto.
2. **Ignorar** las peticiones de atención si está interrumpiendo o interfiriendo con alguna tarea que estés realizando. (“Hablando por teléfono”).
3. Utilizar la técnica del **DISCO RAYADO**
 - Repetir la misma palabra cada vez que intente llamar la atención. (“Cuando te relajes, hablamos”).
4. Ayudar al niño o niña a **desarrollar su independencia y seguridad en sí mismo**
 - **Dar forma y reforzar la independencia:** “¡ Me encanta la torre que has construido tú sola/o!”
 - **Tener conciencia de los problemas subyacentes.** Miedos, preocupaciones: “Ya se que te resulta difícil hacer esto pero lo conseguirás”.
 - **Reforzar y construir una buena imagen:** “Tú puedes, lo vas a hacer muy bien”.

RECUERDA:

Las rabietsas son un comportamiento normal en los niños/as, sobre todo en los más pequeños.

Prevención es la clave.

Detén la pataleta antes de que empiece.

Ofrece alternativas.

Si se produce una rabieta deja que el niño/a la solucione.

Cuando se le pase la rabieta y haya cambiado su actitud, espéralo con un abrazo o un beso.

No accedas a sus demandas

Contrólate.

8.4

Ideas para afrontar situaciones de desobediencia

La desobediencia es otra forma de llamar la atención que se produce cuando los niños y niñas no cumplen las normas o los límites fijados por los adultos. Las razones no son fáciles de determinar pero suele influir:

1. Pautas educativas inadecuadas.
2. Clima familiar inapropiado (estrés, desorden, ansiedad, malas relaciones...)
3. Factores personales del niño/a (temperamento, carácter...)
4. La falta de consecuencia ante el comportamiento.

Cómo actuar

1. **Ser claro y conciso.**
 - Definir lo que se quiere con palabras sencillas y comprensibles.
 - Limitar el número de demandas.
2. **Obtener la atención** del niño o la niña.
3. **Ser amable** en el tono y hacerlo con seguridad.
4. **No dar alternativas.**
5. **Convertirlo en un juego** “A ver si podemos recoger los juguetes en cinco minutos”.
6. **Supervisar.**
7. **Elogiar, elogiar y elogiar** las conductas de obediencia.
8. **La falta de respuesta ha de tener consecuencia.**
 - Utilizar un límite de tiempo para la respuesta. Contar hasta 3.
 - Dar al niño/a a escoger entre dos alternativas.
 - Utilizar consecuencias lógicas.



9 | Pautas de actuación para padres y profesores

Para poder ejercer la autoridad a través de la disciplina inductiva es necesario tener en cuenta las siguientes pautas:

La autoridad debe darse en una relación de amor.

- Los niños/as tienen que sentirse queridos. Si el niño o la niña no se siente querido no podrá recibir de buen grado los modelos de conductas que los adultos le proporcionen.

Proporcionar un ambiente familiar estructurado.

- El niño necesita una organización y estructuración muy clara de su entorno familiar. Es recomendable que respeten los horarios y tareas diarias. Hay que exigirles siempre las mismas rutinas; cuando algo se convierte en habitual deja de crear posibles conflictos.

Establecer normas y valores claros.

- Las normas deben ser muy claras, estar bien definidas y ser adecuadas a la edad del niño/a, para que sepa qué debe hacer en cada momento y los adultos puedan valorar su conducta.

No activar al niño/a con su comportamiento.

- Los niños/as tienen mucha facilidad para activarse y mucha dificultad para inhibirse y controlarse; son vulnerables a las exigencias del entorno porque si el entorno es estresante (gritos fuertes, ambiente desorganizado,...) es muy probable que su inestabilidad se manifieste en forma de conducta incontrolada.

Modelar conductas reflexivas.

- Consiste en hacer de modelo reflexivo. La utilización de modelos debe hacerse sin una actitud crítica hacia el niño o la niña, simplemente le exponemos a modelos correctos para que se fijen en ellos.

Los castigos deben ser proporcionales a la falta.

- Los castigos deben ser inmediatos y relacionados con la conducta del niño/a. Los castigos deben cumplirse siempre. Antes de amenazar con un castigo debemos estar seguros que podemos llevarlo a cabo y mantenerlo hasta el final.

Reforzar conductas alternativas.

- Si deseamos eliminar una conducta, podemos castigarla, pero no conseguimos cambios significativos si no reforzamos la conducta alternativa.

Favorecer la autonomía personal del niño y la niña.

- Enseñarles hábitos y destrezas de autonomía e incitarle a que los practique en el día a día. Si no dejamos que los niños/as realicen de forma autónoma ciertas tareas y delegamos responsabilidades adecuadas a su edad, corremos el riesgo de transmitirle un mensaje de incompetencia.

Ofrecer información inmediata.

- La información (como el refuerzo) debe ser cercana en el tiempo a la acción que la provoca para que el niño/a pueda asociarla más directamente con dicha acción y poder aprender de ello: Cuando el niño o la niña realice una tarea trataremos de corregirla lo antes posible, no le diremos solo que está mal o bien, sino también el porqué. Cuando se confunda no le daremos la solución, le orientaremos de nuevo sobre los pasos y le animaremos a que repase lo que ha hecho y descubra el mismo dónde se equivocó y como solucionarlo.

Usar recompensas antes que el castigo.

- Es habitual recurrir al castigo en respuesta al mal comportamiento de los niños/as. Esta estrategia no es adecuada para los niños/as con problemas de conducta, que tienen más posibilidades de portarse mal y recibir castigos constantemente. Usar solamente el castigo en ausencia de recompensas no es muy efectivo para cambiar la conducta. Generalmente conduce a que la niña o el niño se muestre resentida/o y hostil.

Cuando se produzca desacuerdo entre los padres sobre como educar al niño o la niña, nunca discutir delante de él.

- Los padres deben conseguir cierta armonía en el planteamiento de la educación de sus hijos/as y en ningún caso deben dar al niño o la niña muestra de sus desavenencias, por que esto provocará en el niño/a confusión y se sentirá tentado a utilizarlas en su propio beneficio.
- En situaciones concretas y para evitar mostrar contradicciones, el padre que haya tomado las riendas de la situación deberá actuar y el otro, aunque no esté de acuerdo, silenciar su opinión y mantenerse al margen. Después podrá discutir, fuera de la vista del niño/a, los distintos puntos de vista sobre la situación.

No se desautorice nunca.

- No reconozca nunca abiertamente haber perdido la autoridad ante el niño o la niña. Reconocer abiertamente nuestro fracaso como autoridad competente no nos ayudará a recuperarla, sino que nos dificultará más el imponernos la próxima vez.

Mantener expectativas positivas en cuanto a las posibilidades de éxito.

- Demos tener expectativas positivas de su conducta, debemos hacer sobre el cambio personal que ha experimentado el niño/a. A partir del momento en que recibe esta imagen de sí mismo, aunque todavía necesite mejorar en muchas cosas, va a intentar adaptarse a nuestras expectativas.

No poner etiquetas negativas.

- Emplear frases del tipo “eres muy malo/a”, “eres incapaz de hacer algo bien”,...son frases que jamás deben emplearse, pues no aportan nada a la educación del niño/a. El niño/a no es malo, son ciertas conductas las que están mal. La frase apropiada es aquella que le haga comprender que es lo que ha hecho mal y cual es la forma de hacerlo bien: “Eso que has hecho esta mal, porque...”

La aprobación y desaprobación de la conducta debe ser moderada.

- Muchas veces los niños/as tienen conductas inadecuadas para llamar la atención de los adultos, si reaccionamos perdiendo el control, puede convertirse en un incentivo para que vuelva a repetirse. A través de este tipo de conducta consiguen aquello que persiguen que es conseguir la atención del adulto aunque sea de forma negativa.
- Si por el contrario la conducta es correcta, lo propio es hacer un reconocimiento positivo que la refuerce.

10 | El castigo físico nunca es una alternativa

No podemos justificar el castigo físico como una forma para parar una conducta inadecuada o no deseada. El castigo físico hace daño no solo a los niños/as que lo reciben, también al que pega y a la sociedad de una forma general. Los efectos de una educación basada en la sanción física son visibles a los ojos de todos.

Efecto de los castigos físicos en los niños y niñas

- Paralizan la iniciativa del niño o la niña, bloqueando su comportamiento y limitando su capacidad para resolver problemas.
- No fomenta la autonomía de los niños/as.
- Daña la autoestima y forma un autoconcepto negativo en los niños/as.
- Los niños y las niñas aprenden a ser víctimas.
- Interfiere en sus procesos de aprendizaje, y por lo tanto en el desarrollo de su inteligencia, sus sentidos y su emotividad.
- Se aprende a NO RAZONAR. Al no existir diálogo y reflexión, el niño no puede relacionar el comportamiento y la causa que de él se derivan.
- Les hace sentir soledad, tristeza y abandono.
- Tienen un concepto negativo de los demás y de la sociedad.
- Crea un obstáculo en la comunicación entre padres e hijos/as. Daña los vínculos emocionales creados entre ambos.
- Les hace sentir rabia y rencor.
- Engendra más violencia. Aprenden a resolver los conflictos empleando la violencia.
- Presentan dificultades para relacionarse con los demás, para hacer amigos y jugar con los demás niños y niñas.
- Pueden sentir daños físicos accidentales. Cuando alguien pega se le puede “ir la mano” y hacer más daño del que esperaba.

Efecto de los castigos físicos en los padres

- El castigo físico puede producir ansiedad y sentimiento de culpa, incluso cuando se considera correcta la aplicación de este tipo de castigo.
- El empleo del castigo físico aumenta la probabilidad de mostrar comportamientos violentos en el futuro en otros contextos con mayor frecuencia y más intensidad.
- Impide la comunicación con los niños/as y deteriora las relaciones.
- Cuando usamos el castigo físico porque carecemos de recursos alternativos, aparece una necesidad de justificación ante nosotros mismos y ante la sociedad. Al malestar por los efectos de castigo físico en los niños y niñas se suma la incomodidad de una posición incoherente o no fundamentada.

Efecto de los castigos físicos en la sociedad

- La aplicación del castigo físico aumenta y legitima ante las nuevas generaciones el uso de la violencia en la sociedad.
- Genera una doble moral. A las personas adultas no se les puede agredir pero a los niños y niñas sí.
- Puede romper lazos familiares, eliminando la comunicación e impidiendo la integración social debido al contraste con la democracia.
- Dificulta la protección de la infancia. Al permitir esta forma de violencia, la sociedad “abandona” e ignora el derecho de protección de los niños y niñas.
- Se educan ciudadanos sumisos, condicionados a ser siempre víctimas.

11 | Recordemos los derechos de los niños y las niñas

Declaración de los Derechos del Niño/a aprobada por Asamblea General de las Naciones Unidas.

20 de Noviembre de 1959

- Derecho a la igualdad, sin distinción de raza, credo o nacionalidad.
- Derecho a una protección especial para su desarrollo físico, mental y social en condiciones de libertad y dignidad.
- Derecho a un nombre y una nacionalidad.
- Derecho a una alimentación, vivienda y atención médica adecuada para el niño/a y la madre.
- Derecho a una educación y cuidados especiales para el niño o la niña física o mentalmente disminuido/a.
- Derecho a crecer al amparo y bajo la responsabilidad y en todo caso a un ambiente de afecto y seguridad moral y material. La sociedad y las autoridades públicas tendrán la obligación de cuidar especialmente a los niños/as sin familia y sin medio de subsistencia.
- Derecho a recibir educación y disfrutar de sus juegos.
- Derecho a estar en todas las circunstancias entre los primeros que reciben protección y socorro.
- Derecho a ser protegido contra toda forma de abandono, crueldad y explotación. No debe permitirse que trabaje antes de una edad mínima adecuada.
- Derecho a formarse en un espíritu de solidaridad, comprensión, amistad y justicia entre los pueblos.

BIBLIOGRAFÍA

Si quieres saber más...

Arruabarrena, I. e Intebi, I. (2007). Guía para padres y madres. Pamplona: Asociación Dartington-i para el Estudio y la Formación en Protección Infantil para el Gobierno de Navarra.

Barudy, J. y Maryorie, D. (2006). Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia. Barcelona. Editorial Gedisa.

C.A.V.A.S. Centro de Atención a Víctimas de Agresiones Sexuales y Prevención de Maltrato Infantil. (2008). Esos locos bajitos... Claves para entender el comportamiento infantil. Santander: C.A.V.A.S.

Díez-Rubio, M.C., Montero, L. M., Ruiz de Arcaute, M., Álava, M.J., Revenga, M. (2005). La educación de nuestros hijos. Madrid: Ediciones Temas de Hoy.

López, F. (2008). Necesidades en la infancia y en la adolescencia. Respuesta familiar, escolar y social. Madrid: Pirámide

Save the Children (2009). Creciendo como padres y madres. Madrid: Save the Children y Ministerio de educación, política social y deporte.

Solá, D. (2008). Educar sin maltratar. Tarragona: Ediciones Noufront.

d disciplina y mor

