

Usted, su Niño, y LA DISCIPLINA POSITIVA

S. Doescher y L. Burt

Los niños son por naturaleza curiosos y tienen un fuerte deseo de ser independientes. Pueden llegar más allá de las reglas y límites que los padres han trazado. Algunas veces los padres no están seguros de como responder a la conducta de los hijos. Pueden reaccionar con coraje, en vez de ser tiernos y firmes.

Una guía con cuidado ayudará a los niños a hacerse más responsables de su propia conducta. Esto a su tiempo guiará a los niños a desarrollar su confianza en sí mismos, su respeto propio, y la habilidad de resolver problemas.

Estilos de Disciplina

Las escenas familiares en esta continuación muestran diferentes maneras como los padres pueden guiar a sus hijos.

Escena 1

Pablo de 4 años de edad le han dicho que tiene que vestirse después de haber terminado su desayuno. Entra en su cuarto, cierra la puerta, y busca sus pantalones con el cinturón negro.

Con los pantalones y el cinturón Pablo se avienta a la cama y empieza a saltar en círculos,

mientras que sus pantalones giran sobre su cabeza.

Pierde el control y avienta el cinturón contra la lámpara, haciéndola pedazos y regando los vidrios por todo el cuarto.

Su mamá entra precipitadamente en el cuarto gritando, “¿Que hiciste ahora? ¡Salte de aquí en este instante! Estás en un problema más grande de lo que piensas. ¡Háblame más en serio que terminas de limpiar este desorden!” Papá grita desde la cocina, “¿Quieres que le enseñe quien es el jefe?”

Pablo llorando sale del cuarto y se acuesta en el sillón. Minutos después, su hermana Marisol, de 8 años de edad, entra patinando por el pasillo. Le grita a Pablo, “¿Quieres patinar?” Mamá grita, “¡Lo más posible, Marisol! Vete a tu cuarto hasta la hora de la comida!”

Escena 2

Mamá oye que se rompe un vidrio en el cuarto de Pablo y abre la puerta. “¿Qué está pasando?” pregunta. Papá grita desde la sala, “Alguien está destruyendo esta casa y tiene que parar ahora!”

Mamá pregunta, “¿Me pregunto por qué Papá diría eso? ¿Tienes alguna idea?” Pablo responde, “Bueno, estaba saltando sobre la cama alto y más alto y le pegué a la luz.” Mamá pregunta, “¿Dónde podemos brincar y girar las cosas con precaución?” Pablo dice, “En el jardín de atrás.”

Mamá afirma con su cabeza y le da sus pantalones. “Enséñame como se meten tus piernas dentro de los túneles largos,” dice Mamá. Sonriendo, él le enseña y termina de vestirse. En ese momento, Marisol entra patinando en la casa y se pasea por la casa gritando,

Sue Doescher, especialista en el desarrollo del niño y educación a los padres de la Extensión; y Linda Burt, coordinadora del alcance del niño y la familia, Centro del Desarrollo del Niño; Universidad del Estado de Oregon.



“¡Adivina qué!” Mamá le grita, “¡Te adivino que tú no puedes recordar las reglas de aquí. Dame los patines y pasa la aspiradora en toda la casa.”

Escena 3

Cuando Pablo empieza a girar sus pantalones sobre su cabeza, Mamá entra en su cuarto y agarra a Pablo y una pierna del pantalón. Cuidadosamente detiene a Pablo y una vez calmado le pregunta, “¿Qué te dije que hicieras?” El contesta, “Vestirme.” Mamá le da los pantalones y le dice, “Voy a poner el marcat tiempo en 3 minutos para que termines de vestirte.”

Pablo se viste pronto antes que suene la campana. Papá observa y dice, “Me haces sentir muy bien cuando tú solo te vestiste pronto.” Marisol toca el timbre de la casa y demanda, “Déjenme entrar, déjenme entrar!” Papá abre la puerta y Marisol entra a la casa patinando. Papá suavemente la toma del brazo y la acompaña hasta la puerta de entrada. Papá pregunta, “¿Por qué acabo de hacer eso?” Marisol le sonríe a su papá y le dice en voz baja, “Por que los patines rayan los pisos.” Entonces ella lo abraza.

Las técnicas de disciplina pueden ayudar a los niños y pueden desanimarlos y frustrarlos. Las escenas 1 y 3 contienen ejemplos de situaciones positivas entre los padres e hijos. En la escena 2, Mamá hace la pregunta, “¿Me pregunto por qué Papá diría eso?” Esta pregunta le ayuda a Pablo a pensar las razones de las acciones de Papá y qué conducta pudo enojar a Papá. Mamá afirma con un movimiento de cabeza, demostrando a Pablo que él tiene una buena idea de donde puede jugar girando con precaución.

Actividad 1: Cuando Cada Uno Gana

Muchas oportunidades ocurren cada día para que los padres y los hijos se relacionen unos con otros. Piense en una situación reciente donde usted y uno de sus hijos se relacionaron bien el uno con el otro. Describa su experiencia en el espacio a continuación.

¿Qué hizo su hijo?

¿Qué hizo o dijo usted?

¿Cómo respondió su hijo?

En la escena 3, los dos Mamá y Papá son gentiles y firmes en lidiar con la conducta de sus hijos. Mamá agarra a Pablo cuando está brincando en la cama. Ella le ofrece límites cuando dice, “Voy a poner el marcat tiempo por 3 minutos para que termines de vestirte.” Esta da a Pablo la oportunidad de dirigir su propia conducta y ser responsable por lo que pase después. ¿Cómo dirige Papá la conducta de Marisol cuando ella patina a través de los pisos?

En la escena 1 y 2 podemos ver muchos ejemplos positivos entre los padres e hijos. En la escena 1, los dos Mamá y Papá demuestran coraje explosivo con sus hijos. Amenazan a Pablo: “Nada más espérate” y “¿Quieres que te enseñe quién es el jefe?” Marisol es castigada de la misma manera. Cuando su mamá la ve que está patinando en el pasillo, usa castigos no razonables ordenando a Marisol a irse a su cuarto. En la escena 2, Mamá humilla a Marisol con su sarcasmo: “Te adivino que no puedes recordar las reglas de aquí.” ¿Cómo piensa usted que Pablo y Marisol se sienten después de que sus papás les respondieron enojados?

La Naturaleza de la Disciplina Positiva

Los padres que usan una disciplina positiva respetan, alimentan, y apoyan a sus hijos. Los niños se sienten con más libertad de compartir sus ideas y sentimientos, escoger opciones, y hacer preguntas. Hay muchas técnicas de disciplina positiva que los padres pueden considerar.

Algunas de éstas incluyen:

Ofrezca frases positivas—
“Mira que bien estás cortando esas manzanas!”

Haga preguntas—“¿Qué debemos de hacer después?”

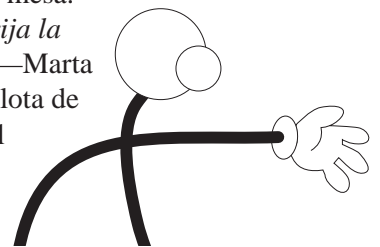
Use apropiado lenguaje corporal—mueva la cabeza, sonría, y mire directamente a los niños.

Baje su posición corporal—agáchese, hínquese, o siéntese al nivel de los niños.

Restructure el ambiente—quite objetos que inviten a una mala conducta.

Dirija la conducta—“Aquí está una esponja para poder limpiar la mesa.”

Re-dirija la conducta—Marta bota la pelota de basketball alrededor del cuarto



familiar. “Puedes botar tu pelota de basketball afuera en la banqueta.”

Distracción—Guille rueda su triciclo en contra de los rosales. “Puedes venir con tu triciclo conmigo al buzón.”

Brinde opciones—“Debemos de recoger primero los bloques azules o los amarillos?”

Anime los intentos de los niños—Mientras sacude los muebles, Pedro mueve el sacudidor alrededor del cuarto. “Puedo ver que sacudiste el piano y las sillas. Se ven hermosas.”

Demuestre conducta deseable—Los padres se lavan las manos con jabón y agua antes de cada comida, tanto como se lo piden a los hijos que lo hagan.

Ignore malas conductas—Alejandra hace caras chistosas mientras come su cena. Mamá y Papá no responden.

Ponga límites específicos—David continúa aventando los carritos. Papá le dice a David que guarde los carritos.

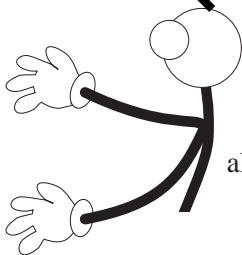
Tome un descanso—Papá tiene a David en descanso por varios minutos en una área que está segura y aburrida. Después Papá dirige a David a recoger los carritos e ir a jugar con ellos en una área de juego.

La Naturaleza de la Disciplina Negativa

Algunos padres usan la disciplina negativa para controlar la conducta de sus hijos. Esto puede resultar en niños enojados y agresivos o que tengan una baja

estima de sí mismos. Estrategias negativas incluyen:

Ordenes—“Vete allá y siéntate!”



Actividad 2: Cuando Cada Uno No Gana

Algunas veces los padres e hijos tienen un tiempo difícil de relacionarse unos con otros. Piense en una situación reciente cuando usted y uno de sus hijos tuvieron dificultad en relacionarse el uno con el otro. Describa su experiencia en el espacio a continuación.

¿Qué hizo su hijo?

¿Qué dijo o hizo usted?

¿Cómo respondió su hijo?

¿Qué diría o haría la próxima vez?

Frases desagradables—“¡No toques eso!” o “¡No hagas eso!”

Frases de crítica—“¡Oh, no vas a tirar eso!”

Frases ofensivas—“¿Por qué vas a aprender a estar molesto para ir a la escuela a tiempo?”

Frases amenazadoras—“¡Si no puedes comer bien ahora, vas a estar en un problema más grande de lo que piensas!”

Castigos irrazonables—“Vete a tu cuarto por todo el día!”

Coraje explosivo—Expresiones de sentimiento emocionales y verbales.

Manejando el Enojo

Hay una variedad de maneras positivas para poder lidiar con el coraje y frustración. Algunos padres les dicen a sus hijos, “Necesito un momento para calmarme; estoy muy enojado ahorita.” Otros se calman contando hasta 10 o con salirse del cuarto por unos minutos. Algunos padres describen sus sentimientos a sus hijos para ayudarles a entender que es lo que les molesta de ellos. ¿Qué funciona mejor para usted?

Los padres que pueden frenar el sentimiento de coraje hacia sus hijos son capaces de usar una técnica de disciplina positiva mejor. En la escena 2, en vez de estar enojada, Mamá pregunta, “¿Me pregunto por qué Papá diría eso?” Esta pregunta invita a Pablo a compartir ideas y pensar acerca de los sentimientos de alguien más. También ayuda a Pablo a dirigir su conducta más apropiadamente.

Sumario

Los padres que usan técnicas de disciplina positivas creen en las habilidades de sus hijos y les comunican amor y respeto. Cuando los padres están dispuestos a observar a sus niños y responder en maneras que exhortan la conducta positiva, ayudan a sus niños a hacerse responsables por su propia conducta.

Esta publicación ha sido diseñada para ayudarle a:

- Pensar en situaciones donde todos ganan y situaciones donde nadie gana

- Considerar las estrategias positivas y/o negativas que usted usa con sus hijos
- Entender sus propios sentimientos y conductas hacia sus hijos

Para Lectura Más Adelante

Otras publicaciones de esta serie

Usted, su Niño, y la Resolución de Problemas, EC 1451-S, por Sue Doescher y Linda Burt (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, 1995). 75¢

Usted, su Niño, y la Confianza en Sí Mismo, EC 1453-S, por Sue Doescher y Linda Burt (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, 1995). 75¢

Publicaciones de la Extensión Relacionadas

Helping Children Grow: Dealing with Problem Behavior, EC 1296 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Finding your Parenting Style, EC 1318 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Teaching Children Responsibility, EC 1324 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1993). Gratis.

Helping Children Grow: Using Discipline Constructively, EC 1289 (Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Re-impresión 1995). Gratis.

Vea a su agente de la Extensión en economía del hogar para publicaciones adicionales y recursos.

Instrucciones para Ordenar

Para ordenar copias de las publicaciones de la Extensión de la OSU, o copias adicionales de esta publicación, mande la cantidad indicada a:

**Publications Order
Agricultural Communications
Oregon State University
Administrative Services A422
Corvallis, OR 97331-2119
(503) 737-2513
Fax: (503) 737-0817**

Puede ordenar hasta seis publicaciones gratis. Si usted ordena siete o más publicaciones gratis, incluya 25 centavos por cada publicación si son más de seis.

Ofrecemos descuentos en órdenes de 100 o más copias de un mismo título. Por favor llame para darles precios.

THIS PUBLICATION IS OUT OF DATE.
For most current information: <http://extension.oregonstate.edu/catalog>

Servicio de Extensión, Universidad del Estado de Oregon, Corvallis, Lyla Houglum, directora interina. Esta publicación fue producida y distribuida a favor de las Actas del Congreso del 8 de Mayo y el 30 de Junio de 1914. El trabajo de Extensión es un programa de cooperación de la Universidad del Estado de Oregon, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y los condados de Oregon. La Universidad Estatal de Oregon ofrece programas educativos, actividades y materiales—sin miramientos a raza, color, religión, sexo, orientación sexual, origen nacional, edad, estado matrimonial, incapacidades, y estado de veterano incapacitado o veterano de la época de Vietnam—como se requiere en el Artículo VI del Acta de Derechos Civiles de 1964, en el Artículo IX de las Enmiendas Educativas de 1972 y en la Sección 504 del Acta de Rehabilitación de 1973. El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.



Traducido por Alma Amiel, Extensión de OSU en el Condado de Yamhill, y Silvia Vázquez-Alloway, educadora hispana en OSU.