

RECETAS PARA EDUCAR



¿Castigar para educar?

Educar incluye enseñarles a respetar límites; sino, estaremos creando adultos de pataleta

Juan Carlos López

Correo electrónico:
juancarlos68vc@hotmail.com

Uno de los déficits más importantes en educación es qué hacer con un niño cuando realiza algo inapropiado: ¿castigar?, ¿reñir?, yo prefiero educar y hablar.

En primer lugar deberíamos tener claro qué quiere decir hacer "algo inapropiado". Luego habrá que dejárselo claro al niño, y, finalmente decirle las consecuencias que tendrá si incumple la norma.

Educar a un niño no es tarea fácil. Reclama por parte de los padres, afecto, tiempo, coraje y saber no debilitarse ante el conflicto. Educar a un niño es, no dudar en disgustarle en algunas ocasiones, es ser firme sobre unos principios de vida defendidos sin ambigüedades, tanto por el padre como por la madre. No es necesario que los dos padres hagan siempre lo mismo, sino que no se saboteen (que cuando mamá diga "saca la basura", papá no diga "deja que voy yo, que el niño está cansado"). Educar incluye enseñarles a respetar límites. Sino, estaremos creando adultos de pataleta que ante una frustración se comportarán como niños.

Debemos ser un buen referente para nuestros hijo/as y nunca realizar nosotros conductas que no queramos que imiten.

NUNCA BOFETADAS

¿Quién no ha oído que lo mejor es "dar un cachete a tiempo", "que por una torta no pasa nada"...? Mi consejo es: No pegar nunca, ni flojito, ni en el culo.

El castigo corporal debe evitarse.

Porque los adultos pegamos cuando perdemos la paciencia y con ello estamos enseñando a nuestros hijos que cuando "estás enfadado es lícito pegar". ¿Sabes qué a todos los maltratadores, les pegaban de niños? ¿Qué todos los delincuentes, Todos, que roban con violencia tienen una infancia con presencia de la bofetada? Y probablemente en el colegio, cuando nuestros hijos se sientan frustrados, pegarán y en casa pegarán, en primer lugar a su hermana o hermano, ya que las excepciones las entiende mal.

Y ¡claro que ante un tortazo inesperado el niño reacciona, quién no! Pero la siguiente vez, necesitaremos darles más fuerza pues ya se habrán acostumbrado... Este no es el camino. Así el niño no aprende nada y pronto empezará a tener miedo a sus padres y es probable que empiece a mentir para evitar el castigo.

Y la mayoría de los padres, después de pegar, no se sienten bien.

La bofetada no es pedagógica para quien la recibe, ni terapéutica para quien la da. Su riesgo está en que es muy fácil, es autoritaria. La bofetada se la conoce como el electroshock del pobre, o el arma de la ignorancia.

¿CUÁNDO USAR EL CASTIGO?

El camino más efectivo para aprender es, motivar y reforzar la conducta que queremos que se repita. Es más deseable que castigar la conducta inadecuada.

El castigo solo, no produce los efectos deseados. Es necesari-

rio enseñar al niño como reemplazar una conducta por otra adecuada.

Así, sólo en unos casos concretos puede ser más efectivo (o tal vez la única alternativa) el castigo, que otros métodos educativos: por ejemplo cuándo el niño tiene una conducta que pone en peligro su integridad física o la de otros. Si un niño es muy pequeño y su conducta puede ser peligrosa, un ¡NO! enérgico y sujetarle, le hará comprender que eso no debe hacerse.

Siempre

• **Avisos:** Es positivo avisar de que tendrá que irse a la cama o realizar cualquier otra tarea con antelación. Los avisos le ayudarán a establecer límites y a estar preparado para lo que va a acontecer.

• **Hacer una pausa:** Cuando el niño está demasiado excitado, puedes mandarle que se siente en una silla para parar y descansar. Esta pausa le calmará.

• **Repetir las cosas de forma correcta:** Cuando los niños actúan de forma incorrecta, es constructivo que repitan la acción de nuevo pero esta vez de forma adecuada.

A veces

• **Quitarle los juguetes:** Sólo deben prohibirse los juguetes cuando el motivo esté relacionado con un uso inadecuado de los mismos, es decir, cuando el niño los maltrate, pegue a alguien con ellos, se niegue a prestarlos o no quiera ordenarlos.

• **Cancelar actividades agradables:** Debes dejar claro el motivo de la sanción. Por ejemplo: Prohibir la televisión o videojuegos: Esta medida debe tener relación con el motivo que la desencadenó.

Nunca

• **Compararle con otros niños:** Las comparaciones negativas con otros interferirán en su autoestima.

• **Humillarle:** Sólo conlleva a que el niño niegue lo que ha hecho, en lugar de reconocer su error o intentar modificarlo. Y recordad: regañamos en privado.

• **Dejarle sin cenar o utilizar la comida como recompensa:** Hay que tener especial cuidado con esta medida porque el niño puede entrar en el juego, negándose a comer.

• **Nunca amenazarles con retirarles el cariño:** Decirle a un niño que un determinado comportamiento va a causar que sus padres no le quieran, puede traer consecuencias muy graves. Podemos decir "Te quiero pero ahora estoy muy enfadado para hablar de cariño". Al contrario dejarles claro, "Te castigo porque te quiero".

CÓMO CASTIGAR

• **Usa el castigo con moderación:** Si se usa demasiado a menudo, el niño se acostumbra y dejará de ser eficaz. Hay que evitar reñir continuamente a los hijos por conductas de escasa relevancia.

• **Usa el castigo combinado con técnicas positivas:** elogiar cuando lo haga bien, y enseñarle a hacerlo.

• **No retrases el castigo:** Se debe aplicar inmediatamente después de que el niño emita la conducta negativa. Las conductas se controlan mediante consecuencias inmediatas.

• **Sé firme:** debe ser predecible por el niño, un castigo debe darse siempre que se produzca la mala conducta.

• **No amenace en vano.** La conducta indeseada se convertirá en más firme y resistente al cambio.

• **Da una oportunidad para la buena conducta:** El efecto inmediato del castigo es enseñar al niño lo que no debe hacer, pero hay que darle oportunidad para que demuestre lo que ha aprendido. Los castigos prolongados no lo permiten.

• **Se castiga con el tono tranquilo y reposado:** con tono de voz distinto, pero no hace falta gritar.

• **Dialogar con los niños:** conviene plantear la corrección de la conducta inadecuada en un contexto que favorezca la comunicación, para lo cual es preciso:

△ Elegir un momento oportuno, evitando las situaciones de tensión.

△ No caer en las descalificaciones globales, ni en las expresiones que puedan ser interpretadas como cuestionamiento del afecto incondicional que hay que manifestar.

△ Evitar los monólogos.

△ Favorecer que pueda expresar por qué se comportó así, cómo cree que puede contribuir a reparar el daño originado y evitar que vuelva a repetirse dicha situación.

-**Generar una buena relación:** La eficacia de los adultos para enseñar a respetar límites aumenta cuando tienen una relación de calidad con los hijos, en la que existan suficientes oportunidades de realizar juntos actividades gratificantes.

Otras alternativas: elogiar, ignorar, recompensar...

LOS CLAVOS

Rase una vez un joven con un carácter violento. Su padre le dio una bolsa de clavos y le dijo que clavara un clavo en la cerca del jardín cada vez que perdiera la paciencia y se peleara con alguien. El primer día, llegó a clavar 37 clavos en la cerca.

Durante las semanas siguientes aprendió a controlarse, y el número de clavos colocados en la cerca disminuyó cada día: había descubierto que era más fácil controlarse que clavar clavos. Llegó el día durante el cual el joven no sujetó clavo alguno en la cerca. Entonces fue a ver a su padre y le dijo que había conseguido no clavar ningún clavo durante todo el día. Su padre le dijo entonces que quitara un clavo de la cerca del jardín por cada día durante el cual no hubiera perdido la paciencia.

Los días pasaron y finalmente el joven pudo decirle a su padre que había quitado todos los clavos de la cerca.

El padre condujo entonces a su hijo delante de la cerca del jardín y le dijo: - "Hijo mío, te has portado bien, pero mira cuantos agujeros hay en la cerca. Esta ya no será como antes".

Cuando te peleas con alguien y le dices algo desagradable, le dejas una herida como esta. Puedes acuchillar a un hombre y después sacarle el cuchillo, pero siempre le quedará una herida. Poco importa cuántas veces te excuses, la herida verbal hace tanto daño como una física.

