

Premios y Castigos.

Cuando muchos padres piensan en disciplina para sus hijos lo primero que se les viene a la cabeza es la palabra "castigo". Pero una adecuada disciplina conllevará la utilización tanto de premios como de castigos. Es mejor usar los premios en detrimento de los castigos.

PREMIOS:



Seguramente la conducta de un niño se incrementará si la premiamos. Deben ser administrados inmediatamente después de la realización de la conducta para que sean eficaces, teniendo en cuenta que si se les dan muy repetidamente pierden su valor motivador. Hay que adaptar los premios a los gustos y características de cada niño.

Cuando el comportamiento que perseguimos obtener mediante reforzamiento, se produce con asiduidad debemos ir premiando de forma más espaciada.

Ejemplos de premios:

Los primeros que se nos vienen a la cabeza son las recompensas materiales (dinero, juguetes, regalos. Pero las más poderosas son las recompensas sociales (mensajes de ánimos, atención, muestras de cariño, etc.). Es recomendable que estas últimas siempre acompañen a las primeras.

- el elogio: lo normal en los padres es regañar a sus hijos cuando están haciendo algo mal, pero también hay que resaltar lo positivo. Los niños requieren mucha atención por parte de sus



progenitores, por lo que si no la obtienen, a base de elogios cuando se portan bien, la buscaran mediante comportamientos negativos.

Se deben usar elogios específicos que describan la conducta concreta que queremos premiar.

Las exigencias para conseguir el elogio deben ser pocas inicialmente, es decir, se irá reforzando en el niño cada pequeño paso que le acerque a la conducta que deseamos. Por elogiar al niño cuando se está portando bien, aunque no haya hecho nada especial, no lo estamos malcriando ni convirtiendo en un niño mimado.

Se debe escoger bien el tipo de elogio en función de las características del niño y de su edad. Tener en cuenta que las mismas frases usadas muchas veces pierden su valor, hay que ir variándolas.

Hacer tratos con los niños pequeños no sirve de mucho, por ejemplo:

Imagina que estás dándole de comer a tu hijo.

- Le dices que si se como 5 bocados más le darás una galleta de chocolate.
- Se come un bocado más y te pide la galleta.
- Parece que funciona, pero no tienes todo el día. Le dices que si se come 3 bocados más le das la galleta.
- Te responde que quiere la galleta ya.
- Ves a dónde te lleva esto, pero no quieres ceder. Le dices que le das la galleta en cuanto se coma 2 cucharadas más. Coges la cuchara y se la llevas a la boca. El niño le da un manotazo y monta la pataleta por la galleta.
- Le dices que no le das la galleta hasta que no se tome una cucharada más.
- Empieza a gritar enfurecido.
- Le das la galleta.
- Él gana. Se ha tomado exactamente una cucharada de comida y una galleta de chocolate, y ahora quiere otra galleta.

Los niños pequeños en realidad no entienden lo que es un trato o una promesa. El premio que le ofreces es demasiado bueno y solo piensan en conseguirlo de la manera que sea.

Es fundamental criticar o elogiar el comportamiento NUNCA la personalidad.

Una vez pensadas qué recompensas podemos usar para premiar los buenos comportamientos de nuestros hijos, debemos valorarlas en función de:

- Su eficacia. Existen actividades y objetos que les gustarán más que otros.
- Su facilidad de aplicación. Debemos tener las recompensas siempre a mano para darlas inmediatamente después de que se realice el comportamiento deseado.
- Su significado. Hay que recompensar al niño con algo que realmente valore.

El castigo



El castigo tradicional se basa en la creencia errónea de que para aprender a comportarse bien, antes hay que pasarlo mal. Pero hay otras formas de enseñar a hacer bien las cosas. No hace falta que el niño sufra para que se de cuenta de que su conducta es inapropiada.

Puede decirse que es el método educativo más extendido. Esto se debe, entre otros motivos a que lo hemos aprendido a hacer de nuestros padres y abuelos, se va transmitiendo generacionalmente.

Se usa tan a menudo porque vemos que tiene resultados efectivos inmediatos, pero no es así a largo plazo. Además solo castigando no se logra que el niño haga bien las cosas, para esto habrá que enseñarle cuál es la conducta apropiada.

"Pedrito no obedece a su madre cuando le manda lavarse los dientes. Ante la insistencia de su madre, el niño no se da por enterado y la madre opta por darle un azote por desobediente. Pedrito, entonces, se lavará los dientes por miedo a recibir nuevos azotes y su madre continuará castigándole para que se lave los dientes. De este modo, la madre de Pedrito habrá reforzado su propia conducta de castigar para lograr que el niño tenga cuidado de su aseo personal."

Un ejemplo de castigo muy eficaz en niños es el tener que rehacer lo que no se ha hecho o se ha hecho mal (p.e. "tienes que quedarte a estudiar el fin de semana porque no has hecho nada entre la semana", "recoge lo que has tirado y limpia el suelo").

Se debe evitar usar en exceso el castigo porque...

- Puede generar sentimientos inadecuados de miedo y temor entre padres e hijos.
- Lo que hace el niño es aprender a huir o evitar a la persona que sabe que le va a reprender. Puede llegar a engañar o mentir para evitarlo.
- Si los padres gritan, se ponen furiosos, pegan...los hijos harán lo mismo.



Debemos usar el castigo cuando:

- Queremos evitar una conducta que el niño repite mucho y además no se da una conducta alternativa que recompensar (pe siempre se está peleando con los demás y solo sabe jugar a pelearse).
- Si no castigamos las consecuencias de la conducta del niño pueden ser muy peligrosas o dañar su salud o la de los demás.
- Cuando realizando la conducta problemática obtiene unos beneficios mejores que los que le podemos ofrecer portándose como queremos. (p.e. quitarle los dulces al hermano pequeño).

Reglas del castigo:

- Se debe aplicar inmediatamente después de que realice la conducta no deseada y siempre que se cometa la falta (no vale decirle: "te quedas sin ir al cine la próxima semana").
- El niño debe saber que hay una conducta alternativa que es la que debe realizar si no quiere ser castigado.

ESCUELA DE PADRES Y MADRES 2008/2009.

CEIP MARIANA PINEDA (Zalea).

Andropiz.

Viernes, 17 de octubre, 9:15



- No se debe recompensar nunca la conducta que se castiga (p.e. cada vez que una niña habla mal de alguien su madre le llama la atención, sin embargo cuando habla mal de la vecina a la madre se le escapa la risa).
- Nunca se le debe castigar retirándole los premios que haya podido conseguir por su buen comportamiento.
- Explicarle el porqué del castigo.
- No castigarle con tareas que son positivas (p.e. recoger el cuarto).
- Debemos seguir el principio de elogiar en público, castigar en privado.
- Es absurdo castigar indefinidamente (p.e. "no volverás a salir de casa con los amigos"), porque esto no lleva a una mejora personal. Además, hará que perdamos autoridad al tener que retirarlos finalmente.

CONSEJOS PARA REGAÑAR A NIÑOS PEQUEÑOS:

- Acércate a él, no le grites desde lejos.
- Ponte a su altura para asegurarte de que te oye.
- Procura que esté quieto mientras le hablas, para ello puedes sujetarle por los brazos.
- No utilices la amenaza.
- Habla con un tono suave pero autoritario. Debes hacerle ver que estás disgustado por lo que ha hecho.
- Déjale muy claro por qué le estás regañando para que sepa que ha hecho mal y no lo vuelva a repetir.