

## PREMIOS Y CASTIGOS

**MIÉRCOLES 28 A LAS 09.15H.**

Con mucha frecuencia solemos hablar de premios y castigos, de consecuencias que tienen los hijos dependiendo de su comportamiento, pero a veces se nos escapa el concepto y el significado exacto que conllevan los REFUERZOS Y LOS CASTIGOS.

	<b>INTERNOS:</b>	<b>EXTERNOS:</b>
<b>TIPOS DE REFUERZO</b>	El orgullo por el trabajo bien hecho, por el deber cumplido, el sentimiento de capacidad y dominio de una tarea, el sentimiento de ser independiente, de haberlo logrado sólo.	<p>■ <b>Materiales:</b> cosas de comer, cromos, recortables, piezas de maquetas, rompecabezas, miniaturas, sobres, sorpresa, huevos Kinder, fichas o puntos canjeables por premios.</p> <p>■ <b>De actividad:</b> el ordenador, la TV el cine, ir al burger, traer un amigo, jugar con papá a algo que le guste, ver la tele en la cama de mamá, bajar a jugar, volver más tarde</p> <p>■ <b>Sociales:</b> la <u>aprobación</u> de los demás (felicitaciones, poner su trabajo en el corcho, poner un sobresaliente, estar en el cuadro de honor, recibir un aplauso de la clase), <u>entretenimientos</u> (ir al circo, música, traer un juguete a clase, partidas a la oca, etc.), la <u>atención de profesor o de los padres</u> (una sonrisa o un guiño, una caricia en el pelo, una nota positiva para casa, etc.).</p>
<b>CUANDO REFORZAR</b>	<p>➤ <b>Inmediatamente:</b> estas trabajando, te llamo o voy y te doy un caramelo.</p> <p>➤ <b>Alargo plazo:</b> si apruebas todo te compro una moto. <b><u>No aconsejable</u></b></p>	
<b>FRECUENCIA</b>	<p>Ⓢ <b>Cada vez que aparece la conducta:</b> cada vez que Ana hace una fila de copia se pone un punto para canjear por cromos al final del día.</p> <p>Ⓢ <b>De vez en cuando:</b> Levanto la vista y miro su Ana está trabajando. Cada tres veces que la vea trabajando me levanto y le dejo un caramelo encima de la mesa. <b><u>No aconsejable</u></b></p>	
<b>MODO</b>	<p>☑ <b>Directamente:</b> Ana ha trabajado bien. Dejo mi tarea de lado y hago un comentario favorable en voz alta.</p> <p>☑ <b>Indirectamente:</b> Decirle a otra madre, mientras se está en el parque, que Ana ha trabajado muy bien, mientras ella está jugando cerca (si puede oírlo). Paseo por la casa y acaricio la cabeza de Ana siempre que está trabajando.</p>	

UN POTENTE REFORZADOR que no se nos puede olvidar: **LA ATENCIÓN:**

**Algunos ejemplos:**

- **Tirar un cuento al suelo con violencia**, mientras estamos haciendo otra tarea, nuestra acción inconsciente es mirar al niño y regañarle “por qué has tirado el cuento al suelo, sabes que eso no se hace, además me has asustado”. El niño ya ha conseguido atraer tu atención (le has premiado por ello) y por tanto lo volverá a hacer.



- **Tirar un cuento al suelo con violencia**, mientras estamos haciendo otra tarea, nuestra acción inconsciente es mirar al niño y regañarle “por qué has tirado el cuento al suelo, sabes que eso no se hace, además me has asustado”. El niño ya ha conseguido atraer tu atención y por tanto lo volverá a hacer.
- **Pedir y gritar sin prudencia en tiendas o supermercados**, el niño sabe que esta conducta es intolerable para vosotros y que además sufrís por la opinión de los demás, por tanto le decís una y otra vez que se calle y accedéis a su petición. Una vez más, ha conseguido su objetivo.
- **Decir palabrotas**, volvemos a nuestras reacciones inconscientes, regañarle cada vez que el niño dice una palabra inaceptable.

De esta manera el niño aprende que se le atenderá sólo en momentos en los que se porte mal, “si grito mi madre me atiende”, ya que cuando nuestros hijos muestran una conducta adecuada caemos, a veces, en la equivocación de no alabarle y premiarle.

El mensaje que debemos transmitirles entonces, es “te atenderé cuando te comportes adecuadamente”.

<b>TIPOS DE</b>	<b>INTERNOS:</b>	<b>EXTERNOS:</b>
-----------------	------------------	------------------

<p><b>CASTIGO</b></p>	<p>El sentimiento de culpa, miedo a no ser querido.</p>	<p>■ <b>Físicos:</b> pegar en el culo o en la mano, sujetar por el pelo hasta que se levante, abrazar al niño impidiendo que se mueva, sentado en una silla, ponerle cara a la pared.</p> <p>↪ <b>Actividad desagradable:</b> limpiar lo ensuciado, ordenar lo desordenado.</p> <p>↪ <b>Pérdida de algo agradable:</b> no merendar sus galletas preferidas, no ver los dibujos que más le guste, quedarse sin una actividad o regalar un juguete suyo por haber estropeado el de otro.</p> <p>↪ <b>Social:</b> retirada de un juego de forma temporal.</p> <p>↪ <b>Retirada de la atención que refuerza esa conducta:</b> retirar la atención de la madre o padre, aislarlo, dejarle fuera de casa (en el porche o en el patio), llevarlo a trabajar a otra habitación sin recibir atención.</p>
<p><b>CUANDO CASTIGAR</b></p>	<p>➤ <b>Inmediatamente:</b> te digo que recojas lo del suelo, no me haces caso, te cojo de la mano y te lo hago recoger.</p> <p>↪ <b>A largo plazo:</b> como te portaste mal en el cole, no ves dibujos. Como no has trabajado de 4 a 5 hoy, mañana te quedas sin recreo. <b><u>No son aconsejables.</u></b></p>	
<p><b>FRECUENCIA</b></p>	<p>🕒 <b>Cada vez que aparece la conducta:</b> cada vez que Ana empuja en la fila, se va la última.</p> <p>↪ <b>De vez en cuando:</b> levanto la vista y miro si Ana está trabajando. Cada tres veces que la vea sin trabajar, le llamo la atención. <b><u>No aconsejable.</u></b></p>	
<p><b>MODO</b></p>	<p>☑ <b>Directamente:</b> decirle directamente a él lo que ha hecho mal.</p> <p>↪ <b>Indirectamente:</b> decirle a otra madre o a otro adulto lo mal que se ha portado (<b><u>no es aconsejable, recibe mucha atención negativa</u></b>).</p> <p>Ignorar su conducta cuando se trata de una llamada de atención. Hacer que coincida una actividad agradable en casa cuando el/ella está castigado fuera.</p>	

LOS CASTIGOS SOLO SERÁN EFICACES SÍ:

- **El niño conoce perfectamente por qué se le castiga;** el niño debe saber el motivo por el cual se le priva de algo agradable o se le impone algo desagradable, esta es la principal causa por la que los niños se desorientan y se frustran: “mi madre me castiga y no se por qué”
- **Se ejecuta inmediatamente después al comportamiento inadecuado;** el niño que se porta mal por la mañana y se le castiga por la tarde se le despierta un sentimiento de injusticia y rebeldía por no entender nada; esto también depende de la edad del niño, los más mayores pueden llegar a entender que cuando lleguen a casa serán castigados por que la maestra le ha dicho a sus padres que se ha portado mal, pero en los pequeños, su capacidad de recuerdo hace que no relacionen su mal comportamiento del cole con su castigo en casa.
- **El castigo no es humillante.** En la manera de aplicarlo, debemos salvar la autoestima personal. Recordemos el principio de *elogiar en público, censurar en privado*. Y el contenido del mismo castigo no debe consistir en acciones degradantes para el niño/adolescente, sobre todo ante sus hermanos o compañeros
- **Se utiliza puntualmente, no en todos los casos;** un niño constantemente castigado, llegará a crearse una imagen de sí mismo como malo e inaceptable, influyendo negativamente en su autoestima disminuyendo, así, su capacidad de superación: “para qué me voy a esforzar, si soy malo y no valgo para nada”.
- **Tenemos en cuenta la edad, el grado de madurez y la personalidad** del castigado. Es decir, hay que evaluar las circunstancias personales.
- **Tras el castigo se le ofrecen alternativas;** de esta manera se le está ofreciendo una oportunidad para mejorar su comportamiento, un ejemplo de ello sería “no has recogido los juguetes, por tanto no veras tus dibujos preferidos antes de acostarte pero sí después de cenar decides recogerlos entonces podrás verlos, tu decides...”. De esta manera el niño se ve responsable de sus propios actos y las consecuencias serán directas a su comportamiento.
- **No lo castigues con actividades escolares;** por que de esta manera puedes provocar en tu hijo rechazo a dichas actividades y verlas a partir de ahora como un castigo y no como una obligación.

El castigo no debería cerrar horizontes. Castigos absolutos como *desde ahora no habrá paga jamás los domingos; no volverás a salir de casa con los amigos, etc.*, desaniman profundamente y cierran horizontes, la posibilidad de poder disfrutar de las pequeñas satisfacciones de la vida normal. Los castigos absolutos no motivan hacia una mejora personal, -a veces incluso empujan al niño/adolescente a dar un salto adelante en una conducta aún peor (robar o conseguir dinero con trampas, escaparse de casa o engañar a sus padres de otras maneras, etc.). Otras veces los castigos desproporcionados desprestigian la autoridad de los padres, porque no se pueden cumplir y hay que "echar marcha atrás".

Lo ideal es que el castigo consista, si es posible, en rehacer lo que no se ha hecho o se ha hecho mal: *tienes que quedarte a estudiar el sábado y el domingo porque no has estudiado en la semana; recoge esto que has tirado y limpia el suelo; ordena tus armarios y tus cosas, porque no has mantenido tu habitación, como quedamos, suficientemente limpia y ordenada;* de la paga de este domingo la destinaremos a costear lo que has roto por haberlo hecho de una manera consciente e irresponsable; ayuda a tus hermanos en tales actividades, para reparar tu comportamiento egoísta e individualista en tales situaciones, etc.

## ¿Cómo se favorece el cambio de comportamiento en niños?

La respuesta a nuestro juicio, es que no hay una estrategia concreta sino un **juego de estrategias**: unas más directivas e inmediatas., otras más de medio y largo plazo, y de carácter no-directivo. Pero todas han de ir poniéndose en práctica poco a poco, con humor y paciencia.

La clave es que en educación hay que "ir a por todas", porque **solo la mezcla gradual y simultánea** de todas ellas es capaz de provocar el cambio. Puede ser que algún recurso ingenioso o una palabrita mágica produzca un repentino cambio (un milagro). Nos atrevemos a asegurar que no serán cambios profundos ni duraderos si ese recurso no va acompañado del **ambiente de las demás estrategias**.

Esto nos dirige a "cómo ayudar a la madurez", el escenario educativo constructivo, lo que puede conducirnos al éxito: ayudar a nuestros hijos a superar sus dificultades o defectos personales y caminar hacia la madurez.

Educar es algo complejo y creativo que comprende un conjunto de estrategias educativas que van desde el diálogo a la firmeza, desde la norma a la alabanza. Es peligroso ser simplista y decir *yo educaré con el diálogo, yo con la creación de hábitos, yo con la autoridad y la firmeza, etc.*

Las estrategias clave son que podemos dividir las en dos, como si de dos tablas se trataran, las estrategias afectivas, por un lado y las ejecutivas, por otro. Ambas son necesarias y complementarias.

### **1. LAS ESTRATEGIAS AFECTIVAS**

#### ***A. La atención personal***

Es algo espontáneo, informal, de espacio breve muchas veces. Consiste en comunicar que nos preocupamos por ellos, por los hijos, que no están marginados de nuestra ilusión, que les aceptamos como son y al mismo tiempo no renunciamos a querer su mejora.

Es una atención concreta en positivo: reconocimiento positivo de lo bueno que hacen, estar atentos a lo que le ha pasado para prestar la primera ayuda, como si fuera "entrar por urgencias"; celebrar sus éxitos aunque sean pequeños *"mi madre no dio importancia*

a un premio deportivo que me dieron" (y era el único éxito que él tenía)-recordaba un niño muchos años después.

### ***B. La amistosa persuasión***

Se trata de motivar verbalmente los comportamientos y actitudes positivas. Se puede motivar con el miedo: "si haces tal cosas te puede pasar...". Habrá que hacerlo algunas veces, pero siendo conscientes de que *solamente* con el miedo no se educa. De lo contrario, cuando los miedos no les asustan, se pueden encontrar vacíos, sin encontrar nada donde agarrarse.

### ***C. La conversación***

Conversar es dialogar sin preocuparse de conseguir nada concreto a largo plazo.

La conversación tiene un gran problema: el tiempo y la calma. Hoy día es más difícil conquistar la calma que buscar tiempo. No se trata de largos tiempos de conversación, pueden ser dos minutos. Se trata de escuchar y transmitir que se comprende el punto de vista de los hijos, sin apresurarse a aconsejar ni dar recetas. Escuchando activamente, es decir, mirando a la cara, sin hacer otra cosa que escuchar, se satisface la necesidad más profunda de la persona, que es que alguien intente entenderme desde dentro.

Esto fomenta poderosamente la seguridad afectiva, sentirse comprendido es empezar a sentirse seguro. Se ayuda más a un hijo mostrándole que se comprende su situación, que dándole soluciones. Comprender sus sentimientos y experiencias es apreciarles como personas; lo cual no significa aceptar sus comportamientos negativos.

## **2. ESTRATEGIAS EJECUTIVAS**

Hasta aquí las tres estrategias afectivas más importantes. Veamos ahora las estrategias en donde interviene más directamente la autoridad de los padres.

### ***A. Premios y castigos***

Lo ideal es no sancionar nunca, pero el carácter rebelde, la insolencia, el mal ejemplo a los otros hermanos, las repetidas faltas, etc. aconsejan la sanción.

Los mejores premios o castigos son lo no anunciados. No andar prediciendo "*si no haces tal cosa tendrás tal castigo...*" *si cumples lo mandado tendrás tal premio...*" Los castigos buenos son flexibles, tienen en cuenta la edad, la situación, las condiciones del niño. Y el castigo más saludable es aquel que refleja las consecuencias de los actos. Rehacer lo mal hecho, compensar el tiempo perdido con un tiempo extra de trabajo, ayudar al hermanito de quien antes de abusó, etc.

Pero no creamos que tenemos que ser perfectos para poder educar. Tenemos autoridad para educar si estamos en tensión hacia la búsqueda de sentido de la vida para nosotros mismos, hacia nuestra madurez afectiva, en apertura constante hacia los "signos de los tiempos", en el deseo de formarnos continuamente como padres.

Si gradualmente se ponen en práctica estas seis estrategias y vamos tomando más en serio nuestra propia madurez, estamos educando de verdad, aunque cometamos errores y no seamos perfectos. Estamos sembrando. Y en educación todo lo que siembra queda ahí en el corazón del niño, sabiendo con certeza de que algún día crecerá la espiga.

Muchas veces no vemos los valores y actitudes positivas que ellos ya llevan consigo. A veces lo ven mejor los otros, cuando nuestros hijos actúan fuera de casa, o se desenvuelven en el primer empleo. No son así por arte de magia. Habéis sido vosotros los padres, quienes, paciente aunque imperfectamente, habéis ido edificando sobre roca y no sobre arena.