



Disciplina Positiva

El mal comportamiento puede tomarse como una oportunidad para enseñar un comportamiento nuevo. Otra forma de ver el mal comportamiento es pensar que el niño está tratando de comunicar su necesidad de ayuda para que dirijan su comportamiento. Cuando los padres pueden preguntarse a sí mismos "¿Qué le puedo enseñar a mi hijo?" o "¿Cómo puedo guiar o ayudar a mi hijo respecto a este comportamiento?" adoptan una actitud de respeto, y van a recibir esta actitud en respuesta por parte del niño cuando éste sea mayor.

Cómo ayudar a que su hijo se comporte de forma apropiada

- "Haz como yo hago" La herramienta de enseñanza más poderosa es ser el modelo del comportamiento que espera del niño. Los niños siempre han imitado a los adultos durante su vida. Ellos van a copiar las formas, el tono de voz, el lenguaje y las acciones, tanto las apropiadas como las inapropiadas. Ser un buen ejemplo es crítico a la hora de ser padre.
- Hable con respeto. No se puede tener una comunicación con un niño de forma efectiva desde la distancia. El tiempo que pasa hablando con un niño y estableciendo contacto visual es un tiempo muy importante. Los padres que recuerdan que deben hablar con sus hijos al igual que hablan con sus amigos descubren que sus hijos ponen más atención a lo que dicen.
- Dígame qué es lo que quiere. Los niños responden mejor cuando se les dice qué es lo que quiere que hagan que cuando se les dice lo que no deben hacer. Por ejemplo:

En lugar de decir...

"No golpees al gato."

"Deja de dar patadas a la mesa".

Diga:

"Toca al gatito con delicadeza."

"Mantén tu pie en el suelo."

- Ponga algunas reglas. Cuando se establecen unos cuantos límites, claros, razonables y necesarios que se hacen cumplir de manera constante, se les proporciona a los niños la seguridad de que los padres les están ayudando a comportarse. Tener demasiadas reglas es conducir a cualquiera al fracaso, ya que no pueden ser recordadas y no pueden hacerse cumplir de forma constante. Las reglas deben hacerse para proteger la salud, la seguridad y los derechos de propiedad del niño y de los demás.
- Dé oportunidades para elegir. Dar al niño oportunidades para que elija le proporciona un poder apropiado sobre su vida y le anima a que tome decisiones. Las elecciones que le ofrezca deben estar dentro de unos límites aceptables y según el desarrollo y las habilidades del temperamento del niño. El padre puede poner la regla y a continuación la elección. Por ejemplo: "Es la hora de ir a la cama. ¿Quieres que te cuente una historia o dos?" o "Es la hora de ir al coche. ¿Quieres andar con pasos de gigante o con pasos de bebé?" Según el niño se va haciendo mayor se le puede ofrecer una mayor variedad de elecciones y estar dispuesto a aceptar las consecuencias de sus elecciones.
- Preste atención. La mayoría de los niños pasan una gran parte del tiempo comportándose de forma apropiada y los padres deben darse cuenta. El comportamiento positivo se incrementará si prestamos atención a él. "Has compartido la golosina con tu hermana," "Gracias por poner tus juguetes en su sitio", "Te vestiste tú solito."



- Invierta en su hijo. Cada niño necesita atención individual todos los días-hablando, jugando, cantando, leyendo, etc. ¡Es la mejor inversión que un padre puede hacer!

Cómo enfrentarse al mal comportamiento...

A pesar de haberlo planeado bien y de haber dado una educación positiva, siempre va a haber mal comportamiento. Algunas respuestas que pueden ayudar incluyen:

- **Ignorar.** Esto funciona mejor con un comportamiento nuevo, irritante pero que no es peligroso, como palabras sucias o rabietas. Ignorar el comportamiento de forma efectiva incluye no hablar o mirar al niño, ni usar ningún tipo de lenguaje corporal que indique que ha prestado atención.
- **Redireccionar.** Con esta estrategia se ayuda al niño a encontrar una actividad alternativa que sea similar a lo que estaba haciendo. "No puedo permitirte que arrojes tu camión pero en su lugar puedes arrojar la pelota ahí fuera" o "No puedes dar patadas a la puerta, pero puedes dar patadas a esta pelota o a este envase de leche."
- **Calmar.** Cuando se produce un comportamiento lleno de daño o un arrebató de enojo a veces se puede ayudar proporcionando un tiempo para que el niño se calme. Este tiempo no debe ser usado como castigo. Se puede mandar al niño a un lugar tranquilo para que descanse, lea o haga algo agradable hasta que vuelva a tener el control de sí mismo y cambie su comportamiento. Este tiempo para que el niño se calme es también una buena forma de que las personas adultas también se calmen antes de actuar y demostrar al niño una forma aceptable de manejar los sentimientos de ira.
- **Permitir consecuencias.** Una prenda favorita que ha sido dejada fuera de la casa está mojada por la lluvia y el niño no la puede llevar a la escuela, o manejar un triciclo en la calle significa que va tener que estar encerrado dentro de casa por un tiempo. Estamos ayudando a los niños a ser responsables cuando les permitimos experimentar las consecuencias de sus elecciones.

Recuerde: el objetivo de la disciplina no es tener a los niños bajo control y hacerles obedecer sino proporcionarles las habilidades para que puedan tomar decisiones, ganar auto-control de forma gradual y ser responsables de su propio comportamiento

Para más información

llame al [Departamento de salud de su condado](#) .



“Positive Discipline” is issued by the Oklahoma State Department of Health, as authorized by James M. Crutcher, M.D., M.P.H., Commissioner. 5,000 copies were printed by the Oklahoma State Department of Health in January, 2008 at a cost of \$.08 each. Copies have been deposited with the Publications Clearinghouse of the Oklahoma Department of Libraries.