

**COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA**  
**JUEVES 28 DE ENERO DEL 2016**

**EL TEMA DE HOY**

**EL CASTIGO EN LA CRIANZA DEL NIÑO**

El castigo debe ser utilizado de una **manera racional para mejorar la conducta del niño y no debe depender del estado de ánimo de los padres**. Hay que controlarse para poder controlar al niño. Evita aplicar un castigo con gritos o con riñas, porque esto indica que tu comportamiento es negativo y vengativo, lo que reforzará una conducta no aceptable. Si utilizas los gritos le enseñas a tu hijo que para resolver una situación conflictiva es necesario gritar, y él actuará de la misma manera.

¿Porque tienes que gritarles para decir que no griten? Así no solucionarás nada, estarás caminando en círculo, sin avanzar. Para aplicar un castigo, hay que escuchar al niño e intentar ser justo. **Antes de aplicar el castigo, el niño debe estar advertido y avisado de una forma firme y definitiva.**

El tipo de castigo y el modo en que se castiga al niño no debe ser desproporcionado respecto a la acción cometida o la edad para evitar provocar fuertes respuestas emocionales en el niño castigado. Conciliar el castigo con un reforzamiento de las buenas conductas, permitirá que el niño “piense” en su comportamiento para un futuro y en lo que ha hecho mal para estar castigado.

Cuando el niño es mayor, hay que ayudarlo a desarrollar sus habilidades de autocontrol, utilizando el castigo dentro de un contexto de modificación de la conducta.

Es importante que los niños y niñas aprendan que las acciones que realizan tienen determinadas consecuencias, y a veces estas consecuencias no son de su agrado. El castigo puede ser necesario pero empleado de manera racional con el objetivo de educar al pequeño. Nunca debe ser humillante o perjudicial para su autoestima o bienestar.

Debe entenderse como una especie de trato o acuerdo más que como un castigo, como cosas que debemos hacer para conseguir algo, o cosas que no debemos hacer para dejar de tener consecuencias negativas.

En todo caso no debe ser nunca dañino para los niños o niñas. Debe estar basado en el objetivo de educar, de fomentar un aprendizaje en los pequeños. Siempre debes tener muy en cuenta su bienestar.

Es mejor que los castigos no estén basados en cosas materiales, son más efectivos si los basas en actividades de su agrado o desagrado. Si el castigo consiste en comprarle o no comprarle algo al pequeño, le estas enviando un mensaje confuso, que no anima a la reflexión sino a conseguir un bien determinado.

Tampoco debes castigarlo con algo que es su obligación hacer, por ejemplo: si se porto mal en la escuela no debes ponerlo a arreglar sus juguetes o arreglar su cuarto, porque eso es parte de sus deberes, si lo hicieras le estarías dando a entender que eso es parte de un castigo y no de un

deber., trata de que los castigos y las consecuencias por portarse mal le afecten directamente a él.

### **Sanción violenta.**

El castigo físico nunca es beneficioso porque, además de generar agresividad y ansiedad en el niño, implica un modelo de conducta agresiva y los pequeños tenderán a repetirla. Ellos pensarán que es una conducta aceptable, puesto que los padres la practican. Además, la agresión mella su autoestima.

Otro tipo de penitencia no beneficiosa ni aconsejable es el encierro en un cuarto oscuro. A la larga genera fobias y ansiedad en el niño/a. Puede que aprenda a no volver a hacer algo malo, pero será a causa del miedo y esa no es la idea, Por eso debes pensar bien antes de decidir dar algún castigo.

### **Refuerzo.**

Cuando impongas un castigo a tu hijo, asegúrate de que quede muy en claro que fue por una mala actitud. Para que diferencie mejor lo malo de lo bueno, refuerza una actitud positiva elogiando o premiando su buena conducta.

### **Reflexión.**

Aplica “el minuto de reflexión” cuando el niño esté haciendo un berrinche. El castigo solo no educa sobre la buena forma de proceder, por eso es recomendable enseñar los límites

desde el primer año y fijar normas desde los dos años, dependiendo del grado de comprensión que tenga tu pequeño/a.

Hay diferentes modelos educativos y **el castigo puede ser utilizado como una medida temporal**, pero lo importante es que pueda haber una comunicación efectiva con los niños.

Muchas veces los padres ya no saben qué hacer, han castigado a sus hijos de todas las maneras que se les han ocurrido hasta perder el control porque no les hacen caso y han llegado a los gritos e incluso a los golpes. No llegues al punto de agredir físicamente a tu hijo/a si no sabes cómo actuar busca la ayuda de un especialista en psicología ya que muchas veces a través de estas conductas que a los adultos les parecen negativas o poco deseadas, los niños intentan llamar la atención para decir algo.

Recuerda que la infancia es el destino del hombre, la etapa para que un ser humano, pueda no estar lleno de frustraciones y pueda evolucionar en su vida favorablemente, o quedarse solo creciendo sin rumbo, ni sentido.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail [laurisalbavera@hotmail.com](mailto:laurisalbavera@hotmail.com)

Página Web [www.clinicadeasesoriapsicologica.com](http://www.clinicadeasesoriapsicologica.com)

**TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.**

**Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico**