

ESCUELA DE PADRES “EL CASTIGO”

Fecha: 25 enero 2016

Los objetivos que se trataron en la sesión fueron reflexionar sobre los castigos que utilizáis los padres, su función educativa y su eficacia para modificar o eliminar conductas negativas en vuestros hijos y recursos para enfrentarlos a ellas.

1. ¿Qué es el castigo?

Al comienzo de la sesión, estuvimos debatiendo acerca de lo que eran los castigos y qué tipos de castigos usáis con vuestros hijos/as. Entre los ejemplos que propusisteis había de varios tipos: recoger los juguetes por no haberlos recogido antes, quitarle el móvil porque le gusta mucho cuando ha hecho algo mal etc.

Un **castigo** es una consecuencia negativa que se recibe tras una conducta que creemos negativa. El castigo puede ser de dos tipos: establecer una consecuencia en la que recibe algo malo (castigo positivo) o se le retira algo bueno (castigo negativo). En el ejemplo de recoger los juguetes estaríamos hablando del primer caso y en el de quitarle el móvil del segundo caso.

El niño/a tiene que aprender que **sus actos tienen consecuencias**. Tiene que responsabilizarse de lo que hacen ya que siempre que realice una conducta puede ocurrir algo después. Esto se aprende desde una edad temprana.



2. ¿Premio o castigo?

Como decíais en la sesión, usáis ambas formas de modificar la conducta de vuestros hijos/as, una de ellas es premiar los comportamientos que son buenos y otra es castigar los malos.

El objetivo en la educación es consolidar las conductas positivas en los niños y eliminar las conductas negativas, y eso se consigue mucho mejor mediante el refuerzo y la extinción. Consideramos “refuerzo” a cualquier consecuencia positiva. No se refiere a premios materiales, el mejor refuerzo para los niños es la **atención de sus padres**.



En el caso en el que el niño recibe compañía, atención de sus padres y reconocimiento, por ejemplo: “¡qué bien lo has hecho!”, “¡qué contento/a estoy porque has comido solito/a!”, la conducta del pequeño aumenta porque la consecuencia que tiene después le hace sentir bien. Hay que diferenciar que si le damos al pequeño una consecuencia material, por ejemplo comprarle chucherías o un juguete, estamos dándole un mensaje erróneo en el que aprenderá a hacer la conducta para conseguir determinado bien.

La “extinción” se refiere a eliminar aquello que mantiene que la conducta se produzca. Por ejemplo, dejar de atender al niño cada vez que patalea (esto lo vimos en la escuela de “rabetas”) no reírnos cuando utiliza palabras inadecuadas o darles una chuchería para que estén entretenidos y dejen de molestar.

El premio y el castigo forman parte del proceso educativo y son positivos si se enfocan bien sus objetivos, su utilidad y si se explica bien al niño/a **la razón** de cada uno. Algo que no hay que olvidar es que un hijo/a siempre debe tener claro que se le regaña, castiga o promete un premio porque ha hecho algo mal, pero nunca debe pensar que es porque es malo. Un “castigo” nunca debe suponer una descalificación del niño. Eso minaría su autoestima y tendría consecuencias muy negativas para su motivación por aprender y para su desarrollo como persona.



3. La función educativa del castigo

Si recordáis, se propusieron dos situaciones con sendos castigos en la sesión:

Una niña que no se ha comido la verdura, tiene como castigo comérsela en la cena porque es un buen alimento para nuestra salud.

Un niño que ha pintado la pared con rotulador, se queda sentado durante un rato “pensando” por qué eso no se hace.

En el primer caso, se le ofrece una explicación o razón de por qué tiene que comerse la comida, por lo que el pequeño puede entender por qué eso tiene que ser así. Sin embargo, en el segundo caso, no se reflexiona nada. Sabe que eso no se hace pero no sabe el porqué. Por tanto, en vuestra práctica educativa tenéis que analizar con qué tipos de “consecuencias” vuestros hijos/as entienden las razones de sus conductas.

En el segundo ejemplo, el castigo para el niño es pensar sobre lo que ha hecho. Como dijimos en la sesión, ¿realmente creéis que un niño o niña va a reflexionar de forma autónoma y analizar sus consecuencias? Para ellos esto es muy difícil, es mejor que lo hagamos con ellos.

Es muy importante que los castigos tengan **alguna relación con la conducta concreta**. Relacionado con las situaciones anteriores, si no come verdura otro “castigo” podría ser no comer helado, ya que guarda relación y podemos hacer que comprendan el porqué. En cambio si el “castigo” por no comer verdura es no ver la tele, la consecuencia no tiene nada que ver con la conducta y el pequeño no lo entiende. Si no puede comer helado es porque necesita alimentarse bien o si no se lo come ahora, lo hará luego. Ambas guardan una relación.

4. ¿Es el castigo eficaz?

Según dijimos en la sesión, en muchos de los casos los castigos no tienen ninguna relación con la conducta y, por lo tanto, aunque son una penalización, no son una consecuencia lógica a lo que hicieron mal. El castigo no va al origen de eso que han hecho mal y solo genera malestar emocional, poca comprensión con la conducta a corregir, enfado y miedos. Con el castigo podemos lograr que el niño o la niña modifiquen su conducta, pero no por un aprendizaje, por verdadera convicción o por comprensión, sino por miedo a la penalización.



Pensemos en la siguiente imagen, aunque son perros y no niños/as se puede analizar la conducta y las consecuencias.

¿Es un castigo eficaz?

¿Aprenden los perros algo positivo?

Posiblemente no volverán a realizar la conducta por miedo o por la penalización física que reciben pero no porque hayan aprendido la razón o el motivo por lo que no deben actuar así. Por lo tanto, no hay una funcionalidad educativa en el castigo.



5. Pautas para que el castigo sea eficaz

Como vimos en la sesión, aportasteis muchas pautas para que los castigos sean eficaces:

- Presta atención a la conducta del niño o la niña, analízala y busca su origen. En muchas ocasiones el origen de las malas conductas está en una necesidad que no ha sido cubierta y que necesita atenderse.
- Consecuentes y contingentes a la conducta. Esto quiere decir que deben ser lógicos en relación a la conducta, no deben ser ni demasiados excesivos ni demasiado flojos. Y producirse cuando se produzca la conducta, no podemos dejarlo para otro momento puesto que no lo relacionarán con la acción. Por tanto, el ejemplo de cenar la verdura no es la mejor consecuencia ya que no se produce inmediatamente después de realizar la conducta.
- Consensuados con el pequeño. Es importante que los "castigos" cumplan una función educativa. Para ello es muy bueno dialogar con el niño o niña y hasta consensuar el tipo de castigo. De esta forma se sentirá responsable de sus actos y de las consecuencias y se implicará más con el castigo. Además colaboramos a la reflexión de los pequeños y a su comprensión. Dale la oportunidad de corregir lo que ha hecho mal, se trata de aplicar una consecuencia lógica. Por ejemplo, si el niño o niña no recoge los juguetes, la idea de castigarle sin salir o sin tele no tiene sentido, en lugar de eso aplicaremos una consecuencia lógica que consista en recoger.
- Es mejor que los castigos no estén basados en cosas materiales, son más efectivos si los basamos en actividades de su agrado o desagrado. Si el castigo consiste en comprarle o no comprarle algo al pequeño, le estamos enviando un mensaje confuso, que no anima a la reflexión sino a conseguir un bien determinado.

- Los castigos no deben ser amenazantes. Se le informará de lo que ocurre si hace o no hace determinada conducta, pero no se le amenaza con ello. Debe ser visto como una consecuencia lógica y no como una amenaza.
- En todo momento seremos comprensivos con el niño, tendremos calma con ellos. Y entenderemos que están aprendiendo y necesitan unas pautas y normas. No es que lo hagan por molestarnos.
- Deben cumplirse siempre los castigos, si no es así no serán eficaces. Por eso es bueno hacer un castigo lógico y no excedernos. No podemos castigarles primero con mucha fuerza, excediéndonos y poco a poco ir suavizando.
- Tienen que ser entendidos por los niños y niñas. Para que cumpla su función educativa ha de ser comprendido por los pequeños. Para ello dialogaremos con él y le explicaremos las cosas con calma. Habla con el niño o la niña y explícale qué es lo que ha hecho mal, qué es lo que te molesta y qué esperas de él o ella.
- Ofrecer alternativas a su conducta. En muchas ocasiones reñimos a los pequeños pero no les ofrecemos alternativas. Si el niño ha pintado la pared con rotuladores, le diremos el lugar correcto donde puede hacerlo. En estos casos, el niño/a aprende la conducta adecuada.
- Combina el castigo con refuerzos. No se trata solo de que el pequeño tenga consecuencias negativas, también es bueno que estas consecuencias negativas terminen cuando el pequeño deje de hacer determinada conducta. Es decir si no recoge los juguetes no podemos salir al parque, pero en cuanto los recoja esta consecuencia negativa finaliza y salimos todos al parque. Los refuerzos también son fundamentales, elogiar al niño cuando cumple con lo que esperamos y animarle en sus acercamientos a la acción deseada.

A continuación os dejo un link con un vídeo acerca del castigo y es un resumen de todo lo visto en la escuela de padres. Espero que os sirva ☺

<http://www.hacerfamilia.com/videos/video-castigo-educacion-ninos-20151111080812.html>

Para terminar, os animaría a qué pongáis en práctica lo aprendido y que penséis en los castigos que usáis con vuestros hijos. También que analicéis si vuestro hijo/a aprende con la consecuencia establecida o no.

Lo que siempre digo es que todos estamos en continuo proceso de aprendizaje, así que ir probando con calma. Lo haréis genial.

Ha sido una gran experiencia compartir la escuela de padres con vosotros/as ☺

Para cualquier duda o sugerencia, podéis poneros en contacto conmigo a través de email laurasanchez@grupo-dandelion.