

## LOS CASTIGOS EN LOS NIÑOS

El castigo se podría definir como aquella acción realizada por una persona que provoca aversión o desagrado en otra y que tiene como finalidad eliminar o corregir una conducta o comportamiento molesto o inadecuado.

La mayoría de los conceptos fijos sobre el castigo debe tener cierta dosis de esto mismo, creen que, dentro de ciertos límites, entre mayor es la intensidad del castigo, más claro es el mensaje que el niño recibe.



personas tenemos una noción de que el castigo debe acompañarse de cierta incomodidad. Sobre muchas personas de ciertos límites, la incomodidad del castigo claramente recibe un mensaje. Pero esto puede ser más doloroso que el castigo mismo.

sea la experiencia (física o moral) para el pequeño, menos probable es que escuche el mensaje. Por ejemplo: el castigo físico causa dolor y puede ser "efectivo" momentáneamente pero también puede dañar el vínculo, generando desconfianza y resentimiento en los niños. Además es peligroso ya que es posible que el mensaje que están recibiendo nuestros hijos sea que quienes los aman tienen derecho a dañarlos físicamente.

En muchas ocasiones, castigar es "inevitable". Por eso es importante aprender cómo y cuándo hacerlo.

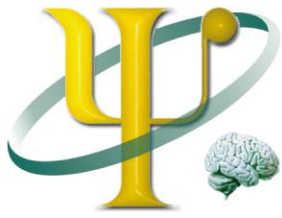


## LOS CASTIGOS EN LOS NIÑOS

Establecer límites es el paso previo e imprescindible antes de aplicar un castigo. El comportamiento del niño debe someterse a los límites que sus padres le señalan. El niño debe aprender que ciertas conductas no serán toleradas: con la comida no se juega, pataletas y rabieta no son los medios adecuados para conseguir algo, etc. Y debe conocer también qué consecuencias siguen a la trasgresión de esos límites. Una de estas consecuencias será un determinado castigo. Sólo así enmarcado, el castigo adquiere sentido y eficacia.

Los castigos deberán ser último recurso. Cuando el niño ha sobrepasado los límites impuestos que bien conoce, ha sido advertido de ello... pero sigue portándose mal. Antes de castigar debemos estudiar la situación y pensar fríamente en distintas alternativas. Si ha pintado la pared con sus marcadores, ¿no será que no tiene dónde pintar?, a lo mejor si le proporcionamos un enorme papel de estraza no vuelve a hacerlo. Y no sólo eso: ¿por qué lo ha hecho?, simplemente porque le atraía el hecho de pintar, o también deseaba llamar la atención porque algo le inquieta o preocupa.





EL objetivo principal al aplicar un castigo es la modificación de una conducta del niño. Y en estas situaciones se ofrecen múltiples posibilidades educativas: tolerancia a la frustración, conocimiento de los límites, conocimiento de los sentimientos de los demás (empatía), reflexión sobre la propia conducta y sus consecuencias.

En ningún caso un castigo es una oportunidad para humillar al niño. O para demostrar y hacer valer la autoridad de los padres por encima de todo. La autoridad paterna puede ser cuestionada si no se hace buen uso de ella y se construye coherentemente día a día.

Todos hemos comprobado alguna vez cómo al niño le afectan más las reprimendas de sus padres que las de alguien lejano o desconocido. Indudablemente, para un niño, la imagen que sus padres tienen de él es algo muy importante. Por este motivo los castigos son muy delicados. Al aplicar un castigo, el niño percibe que sus padres están decepcionados, disgustados con él, de manera que esta percepción puede afectar negativamente a su autoestima. Por ello es crucial que el niño sepa por qué se le castiga, qué ha hecho mal, qué límites ha sobrepasado. Es decir, al niño se le castiga por lo que ha hecho, no por ser de una manera u otra.

También debemos tener en cuenta la personalidad del niño a la hora de aplicar un castigo: si es más o menos sensible, dependiente o independiente, si necesita más o menos la aprobación de los adultos. Se trata de ponernos en su lugar para prever las consecuencias que el castigo puede tener sobre él.

También la edad es un factor importante, a medida que el niño crece y su capacidad de razonamiento madura, las posibilidades de encontrar alternativas al castigo aumentan. Y llegado el momento de emplear el último recurso del castigo, éste será mejor comprendido y su eficacia correctora mayor. La eficacia del castigo está en consonancia con la capacidad del niño para comprender e interiorizar normas, y para transferirlas a diferentes situaciones.



El niño debe tener muy claro el porqué se le castiga. Qué ha hecho mal. Y qué debería haber hecho.

-El niño debe ver claramente la relación existente entre su conducta y las consecuencias de ésta, es decir, el castigo que le sigue.

-Por ello no debe transcurrir mucho tiempo entre la conducta que deseamos corregir y la aplicación del castigo.

-Si hemos advertido o “amenazado” al niño con un castigo, debemos ser consecuentes y cumplir con nuestra palabra.

-Repetidas amenazas de castigo incumplidas son contraproducentes.

-Un mismo castigo repetido muchas veces llega a perder la eficacia correctora que se le suponía.

-Debemos tener cuidado con ciertas asociaciones que el niño pueda establecer entre el castigo y los estímulos o motivos que lo rodean. No podemos castigar al niño a hacer sus deberes, porque luego ir al colegio será un castigo también; o a comer lentejas si sabemos que no le gustan demasiado, porque después no querrá comer ninguna legumbre, o simplemente nada que no le guste.



Las situaciones en las que recurrimos al castigo suelen ser tensas, podemos estar enfadados o nerviosos. Todo el autocontrol que deseáramos tuviese nuestro niño debemos aplicárnoslo a nosotros mismos. Antes de recurrir al castigo debemos reflexionar sobre las consecuencias de éste, sobre los motivos que han llevado al niño a actuar como lo ha hecho.



Seamos intolerantes con la violencia, en cualquiera de sus formas. Un castigo no es más eficaz si lo acompañamos de muestras de ira y enfado, si gritamos o recurrimos a una actitud de violencia física, sea cual sea la forma que ésta adopte. Los castigos físicos, aunque puedan parecer muy eficaces a corto plazo, generan graves problemas a largo plazo. Lo único que conseguimos con patrones de conducta violentos es mostrar al niño



un modelo en el que la violencia aparece como recurso aceptado y tolerado para la solución de problemas. Cuando el niño comience a jugar con otros niños, será inevitable que surjan peleas, enfados o discusiones entre ellos. Cómo le explicamos al niño que no está bien pelearse con los demás... ¿gritándole?

Además debe existir consenso entre los padres en los criterios y límites disciplinarios a aplicar en casa: sobre todo en cuanto a los castigos. Cuando sea posible, las decisiones se tomarán y llevarán a efecto conjuntamente, evitando la adopción de roles opuestos: como por ejemplo que uno castigue, y el otro perdona.

Algunos errores comunes son la falta de consistencia, es el caso de muchos padres que amenazan y luego no cumplen

No olvidemos que la constancia es de suma importancia. Los padres tienen que ponerse de acuerdo con respecto a lo que van a castigar, como también siempre castigar la misma conducta que determinaron que es inadecuada.

**Tan importante es saber cuándo castigar, como decidir cuándo retirar el castigo.** Si tenemos claro cuál es la función del castigo, qué mensaje y enseñanza queremos transmitir al niño, será fácil comprobar en qué momento ha comprendido e interiorizado éstos y podremos retirar el castigo. Si mandamos al niño a su cuarto porque ha tirado al suelo parte de la comida que no quería, debe permanecer allí el tiempo suficiente como para comprender que su conducta ha sido la causa de que tenga que abandonar la cocina, que por eso se



encuentra solo; pero lógicamente no será necesario que esté allí toda la tarde. Y el momento de retirar el castigo, una vez pasado el enfado, será la ocasión de dialogar con él. ¿por qué crees que te han castigado?, ¿cómo te encuentras?, ¿por qué has hecho eso?, ¿sabes cómo se han sentido papá y mamá?, ¿qué crees que debías haber hecho?, ¿qué crees que debes hacer ahora? Y vuelta a la normalidad.

#### ALGUNAS SUGERENCIAS QUE SE DEBEN DE TENER EN CUENTA ANTES DE CASTIGAR.

1. No existen dos niños iguales. El castigo que ha sido eficaz con el mayor no tiene por qué servir al pequeño. Los niños deben conocer las reglas, pero la aplicación de éstas varía según las características peculiares de cada niño. Un niño que puntualmente dice una grosería no debe ser corregido del mismo modo que otro habitualmente grosero.



2. Para castigar, padres y maestros debemos tener la cabeza fría. Si tras el castigo nos invade un sentimiento de culpabilidad, eso suele significar que no hemos pensado bien antes de aplicar dicho castigo. Por tanto, debemos armarnos de paciencia, especialmente cuando estamos cansados, enfadados o agotados por otros motivos.

3. Consecuencia de lo anterior, los castigos físicos son completamente desaconsejables. Sí, lo confieso: he recibido y propinado algún azote, pero ahora que tengo la cabeza fría debo de transmitir lo que me han dicho las personas con más experiencia y conocimiento que yo: no pegues a los niños. No sirve. Es más: sus efectos a largo plazo pueden resultar contraproducentes.

4. Inmediatez. No permitamos que pase mucho tiempo entre la falta y el castigo, especialmente en el caso de niños más pequeños, que olvidan rápido. Cuando el niño está castigado, debemos asegurarnos de que el realmente recuerda por qué lo está.



5. Los castigos deben ser una herramienta excepcional, no una recurrente. Demasiados castigos deben hacernos sospechar que el niño está llamando la atención por algún problema oculto y por lo general más grave. En ese caso, debemos corregir y, si es necesario, pedir ayuda externa (maestros, tutores, psicólogos, etc.)

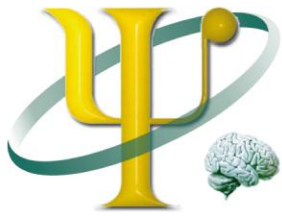
6. Objetivo primordial: que el niño entienda las relaciones de causa–efecto entre la falta y el castigo. Si un jovencito llega 45 minutos tarde a casa, tiene más sentido impedirle ver la mitad de su partido de fútbol favorito que prohibírsele todo entero. El castigo no solo trata de poner límites, sino de que el niño entienda por qué existen esos límites. De esa manera, aprenderá a evitar por sí solo las conductas que le acarrarán consecuencias negativas. También es bueno advertir antes de cometer la falta: si haces esto, te ocurrirá lo otro.

7. Racionalidad. No debemos imponer castigos excesivamente duros ni tan complicados de cumplir (o para nosotros de supervisar) que al final no pueden llevarse a cabo. “No sales de casa durante un mes”; “copia esta frase mil veces”... Ojo con los castigos contraproducentes: a un niño tímido no debemos impedirle acudir a un cumpleaños, donde puede relacionarse con más facilidad

8. Resulta mucho más eficaz fortalecer las conductas positivas que erradicar las negativas. El castigo debe estar equilibrado con caricias y besos. Muchas caricias y pocos castigos. Felicitar y celebrar los aciertos presentes evita los errores futuros

El objetivo del castigo debe ser educar a un hijo para que viva en libertad, **pero sin cohartar la libertad de los que le rodean** (“vive y deja vivir”).

Educar requiere paciencia y el trabajo de los padres o educadores debe ir encaminado, siempre que sea posible, a mostrar alternativas y elementos que inviten a reflexionar, no sólo sobre el comportamiento considerado inadecuado, sino **también sobre las consecuencias que provoca en los demás.**



La finalidad, es que los niños sean personas responsables, autocríticas y autónomas pero con valores propios, es decir, siendo su modo de vivir auténtico, originado en sí mismo y no en la obediencia a un ser superior.

Como decía Piaget, *“la autonomía sólo aparece con la reciprocidad, cuando el respeto mutuo es lo bastante fuerte como para hacer que el individuo sienta desde dentro el deseo de tratar a los demás como a él le gustaría que le trataran”*. Por ello la lucha debe ir encaminada a crear esa autonomía en los niños.



Para conseguirlo es necesaria la vía del diálogo y la comunicación, el ejemplo continuo de los padres en el día a día y la exigencia apropiada, siempre con amor.

