

Previendo el mal comportamiento**Para comenzar**

Haga de su casa un sitio seguro donde su niño pueda jugar y explorar.

Mantenga fuera de su alcance objetos peligrosos y valiosos.

Cuando salga, lleve juguetes y algo de comer.

No deje que su niño llegue a sentir demasiada hambre, cansancio o aburrimiento.

Establezca reglas justas y simples

Establezca límites claros en el comportamiento de su niño, con algunas reglas de comportamiento simples.

Concéntrese en la seguridad. Las reglas de comportamiento deben permitir que los niños exploren y aprendan de una manera segura.

No haga caso de las incidencias de menor importancia o acéptelas.

Comuníquese

Asegúrese que su niño entiende lo que Ud. espera de él.

Si el niño tiene edad suficiente, explíquelo la razón de la regla.

Escuche lo que su niño le dice.

Sea positivo(a)

Concéntrese en lo que su niño puede hacer, en vez de lo que no puede hacer.

Es más probable que sus niños respondan positivamente a un lenguaje positivo que a uno negativo.

Ridiculizar, criticar e insultar pueden herir tanto como golpear. No compare negativamente a su niño con otros niños.

Dé a sus niños tiempo para responder

A los niños no les gusta parar de hacer las cosas que les agradan.

Déles cinco minutos de preaviso cuando tengan que apagar la televisión e irse a la cama o recoger sus juguetes antes de cenar.

Sea un buen ejemplo

Viva lo que usted enseña. Por ejemplo, no golpee al niño si él ha golpeado a otro.

Peel Children's Aid

Ayuda para los niños de Peel

8 Nelson Street West, Suite 204
Brampton, ON L6X 4J2
Teléf.: 905-796-2121
Fax: 905-796-2293

101 Queensway West
Suite 625
Mississauga, ON L5B 2P7
Teléf.: 905-275-7444
Fax: 905-275-1600

www.peelcas.org

Peel Children's Aid

Disciplina Positiva para Niños Pequeños



Disciplinando Niños Pequeños

El propósito de la disciplina es enseñar a los niños las reglas y los valores de nuestra sociedad y ayudarlos a ser auto disciplinados para que sean adultos felices y responsables.

'*Peel Children's Aid*' cree que es mejor usar más las técnicas de disciplina positiva en lugar de pegarle a los niños o usar otras formas de disciplina física que pueden producir daño físico, emocional y de desarrollo.

Incluso una reprimenda verbal puede dañar emocionalmente un niño. Comentarios tales como "tú eres malo" por ejemplo, pueden dañar el sentido de autoestima del niño.

Estableciendo relaciones

Usted tiene que establecer una relación de amor y de confianza con su niño antes de hablar de disciplina.

La infancia es la mejor época para establecer una relación con su bebé, pero nunca es demasiado tarde para empezar.

Establezca la relación Padre / Madre-niño acariciándole suavemente, dedicándole su tiempo, respetando los sentimientos de su niño, manteniendo las promesas, disculpándose cuando sea necesario y divirtiéndose juntos.

Desarrollando una rutina

Las rutinas diarias hacen que los niños de todas las edades se sientan seguros.

Mantenga similares las horas de la comida, las actividades de la noche antes de dormir y también las actividades semanales, para crear consistencia en la vida del niño.

El final del día es un momento de mucho stress para padres y niños. Este es el momento en el que ocurren la mayoría de las confrontaciones. Evite una crisis de final-del-día, manteniendo una rutina justo antes de irse a la cama, que puede incluir pasar unos momentos tranquilos con sus niños para ayudarlos a relajarse.

Consejos para tener en cuenta

Los niños pequeños tienen una memoria corta. Para ayudarlos a aprender recuérdelos las reglas con delicadeza.

Si su niño no sigue las reglas, déle un juguete o haga que realice otra actividad para distraerlo de la idea de no seguir las reglas.

Reorientación y Rabieta

Si su niño está frustrado o no puede solucionar un problema, intente una actividad diferente. Esto ayudará a reducir la probabilidad de una rabieta.

Si su niño comienza a perder el control, acérquese y ponga su brazo alrededor de él.

Si el niño se enoja más al sujetarlo, déjelo, mantenga la calma y espere hasta que él se calme.

Las rabieta son aterradoras para los niños. Prepárese para confortarlos después.

Consecuencias

Situaciones Seguras

Si es seguro, deje a sus niños experimentar las consecuencias de sus propias acciones.

Por ejemplo, "si no puedes jugar con los cubos sin lanzarlos, entonces serán guardados".

Siga adelante y recoja los cubos si el niño continúa lanzándolos.

Ésto les ayuda a aprender las consecuencias de sus acciones.

Situaciones Peligrosas

Si su niño está haciendo algo peligroso, retírelo de la situación y explíquele las consecuencias más tarde.

Para muchos padres el ver a su niño correr en dirección al tráfico puede ocasionar que ellos corran también, agarren el niño y les peguen. Las investigaciones al respecto han demostrado que esto no evita que la situación suceda otra vez en el futuro.

Después que el niño esté en un lugar seguro, explíquele simplemente sobre el peligro en el que estuvo. Es más probable que el niño aprenda sobre seguridad de esta manera, que si usa el castigo físico.

'Tiempo Aparte'

Si un niño se rehúsa a comportarse o a seguir las reglas, dele un 'tiempo aparte'. Esta es una técnica eficaz para los niños de dos a 12 años. Siga estos pasos:

- 1) Lleve al niño para un lugar tranquilo para que se calme.
- 2) Explíquele que está teniendo un 'tiempo aparte' debido al mal comportamiento.
- 3) Cuando el niño esté listo para intentar otra vez, tráigalo a jugar.
- 4) Elogie el primer comportamiento aceptable que el niño demuestre después del 'tiempo aparte'.

Recursos para los Padres

Ser Padre o Madre es el trabajo más importante que usted tendrá. A algunos padres les gusta encontrarse con otros padres, aprender nuevas técnicas, mantenerse actualizados sobre los últimos consejos de cómo cuidar de los hijos y algunos padres necesitan de ayuda.

Para saber más sobre los recursos disponibles para usted, contacte su unidad local de salud o pregunte a su doctor acerca de los grupos y de los recursos disponibles en su zona. O llame al 1-888-603-9100, '*Parents Help Line*' (Línea de Ayuda para los Padres), o '*Children's Aid Society*' (Sociedad de Ayuda para los Niños) de su zona.

Este folleto fue producido con información proveniente de 'Child Welfare League of Canada' (Liga del Canadá para el Bienestar del Niño) y 'Parenting for Life' (Padres por toda la Vida), con el apoyo de 'Psychology Foundation of Canada' (Fundación de Psicología de Canadá) y 'Kodak Canada' (Kodak Canadá).