

Sorprenda a su niño portándose bien

¿Cómo se sentiría si su jefe notara constantemente todas las cosas malas que usted hace y nunca le diera crédito por lo bueno que ha hecho? Los niños pueden tener la misma reacción.

Muchos padres ocupan una gran cantidad de tiempo poniendo atención a sus niños cuando ellos se están portando mal. Sin embargo, cuando se comportan apropiadamente, los padres a menudo no dicen o hacen nada. La atención que los padres dan a sus niños cuando se portan mal es generalmente negativa y puede incluir críticas, quejas, amenazas e incluso golpes. Esto a menudo resulta en más conducta inadecuada de parte del niño. Una escena típica puede ser... un padre critica a un niño; el niño comienza a discutir; el padre se enoja. Como resultado, se desarrolla un ciclo negativo.

Sorpréndalos portándose bien

Tendemos a notar el “polvo” en lugar de los “diamantes”. Préstele atención a la buena conducta. Use sonrisas, gestos y comentarios verbales cuando a usted realmente le agrada lo que su niño está haciendo.

Dígale exactamente lo que le gustó. (Las conductas, ideas, o características personales.)

¡Sea Específico! Elogie la **conducta, idea o característica** - no al niño. Ejemplo: “Me gusta como limpiaste tu habitación”, en lugar de “Gracias por ser tan bueno”.

¡Expresiones físicas! Trate de utilizar un abrazo, una sonrisa o una palmada en el hombro.

Sorpréndalos en el acto - Si puede. Mientras más inmediato sea su reconocimiento, más probable



será que su niño asocie los sentimientos buenos que él tiene con lo que ha hecho.

Evite los cumplidos ambiguos (suenan como cumplidos pero no lo son)

¡Tenga cuidado! No dé cumplidos como por ejemplo, “Ya era hora que hicieras un buen trabajo en limpiar tu habitación” o “Esto está bien, PERO... Eso es ofrecer un cumplido y después quitarlo.

Préstele atención a la buena conducta

Una de las principales bases de la disciplina positiva es prestarle más atención a lo que nos complace que a lo que no nos complace. Los niños anhelan recibir atención y la aprobación de los padres es una fuerza poderosa. El ser notado da

placer. Algunos niños sólo son notados cuando están causando problemas. Estos niños necesitan ser “sorprendidos portándose bien”.

Esto no es fácil cuando su conducta indeseable es muy evidente y su conducta deseable no es tan obvia. No es fácil cuando usted mismo está más acostumbrado a las críticas que a los elogios. No es fácil, pero el esfuerzo vale la pena.

Ejemplo

Un padre que se encontraba cenando en un restaurante público con su familia notó que los codos de su hija estaban sobre la mesa. Su reacción natural fue decir, “¿Cuántas veces debo decirte que quites los codos de la mesa?”

Después él pensó acerca de los elogios y esperó un tiempo. Llegó la oportunidad. “Rosa, de verdad estás aprendiendo a comer como una señorita. Estás sentada calladita en tu silla y comiendo con la boca cerrada. Lo paso bien cuando como contigo.”

Rosa se sintió complacida y el resto de la familia mostró su admiración. Dentro de poco los codos desaparecieron de la mesa y no volvieron a aparecer durante el resto de la cena.

Recuerde que los niños aceptarán la atención negativa si es la única que reciben.

Si los niños no reciben un beso, ellos aceptarán una patada.

Así que asegúrese de que reciban atención en abundancia cuando están haciendo lo que usted quiere. Al final de cada día, piense cuántas veces sorprendió a su niño portándose bien.

Fuentes:

Adaptado de Lección de atención, cómo criar niños de una manera positiva II, por Linda Heppner, UW-Extensión, Condado de Barron, 1997.

Pitzer, Ron, Disciplina por medio de la crianza, julio 1993.

Pitzer, Ron, “Préstele atención a la buena conducta,” junio 1991

Pitzer, Ron, “Refuerzo positivo” abril 1992.



Autor: Linda Heppner, Profesora Asistente, Departamento de Desarrollo Familiar, Universidad de Wisconsin-Extensión

Editor: Joan E. LeFebvre, Profesora, Departamento de Desarrollo Familiar, Universidad de Wisconsin-Extensión

Revisado por: Steve Small, Especialista de Extensión, Vida Familiar, UW-Madison

Composición: Penny Otte, Asistente de Programas III, Oficina del Área de Vida Familiar, Condado de Vilas

Para mayor información acerca de la crianza y el desarrollo de los niños comuníquese con: JOAN E. LEFEBVRE, Agente de Vida Familiar del Área, Universidad de Wisconsin-Extensión, Calle Court, número 330, Courthouse, Eagle River WI 54521, 715-479-3653, FAX 715-479-3605, Correo electrónico: joan.lefebvre@ces.uwex.edu

septiembre, 1997