

- **Cumplir con firmeza la consecuencia sin mostrar enojo ni rabia.** Nuestros hijos e hijas tienen la capacidad de entender cuando les hablamos con claridad y en un tono firme (la voz ni muy suave ni muy alta). No hace falta gritar, insultar ni pegar para que entiendan que hay una consecuencia que cumplir. Si somos firmes, ellos y ellas comprenderán que eso es el resultado de lo que hicieron y que en otra oportunidad tendrán posibilidad de mejorar su conducta y no tener consecuencias.
- Lo último que vamos a aconsejarles y que consideramos que uno de los aspectos más importantes, es que le demos a nuestros hijos e hijas, a través de gestos, abrazos caricias y palabras, **que les amamos por sobre todas las cosas.** Que deseamos darles una educación basada en el respeto y la tolerancia para que sean personas autónomas y responsables. Para esto es básico decirles palabras cariñosas que les hagan sentirse amados (as), hacerles comentarios positivos de sus esfuerzos, de sus logros y sus capacidades, ya que así estarán más abiertos (as) a escuchar aquello que deben mejorar.

Educar y disciplinar a los niños y niñas es una función que nos toca a los padres, madres, docentes y personas adultas encargadas y es posible hacerlo sin necesidad de pegarles, gritarles e insultarles. Para resolver positivamente situaciones difíciles tenemos que desarrollar una habilidad necesaria que es la **comunicación.**

La comunicación entre los padres y las madres con nuestros hijos e hijas comienza desde el nacimiento, incluso desde antes cuando están en el vientre; les decimos palabras que expresan lo que estamos sintiendo y/o pensando, intercambiamos abrazos, besos, miradas, sonidos. Cuando son recién nacidos/as la única forma que tienen para comunicarse con nosotros (as) es a través de el llanto, la risa, los gestos y sonidos, es decir comunicación no verbal y a medida que crecen pueden decir lo que les pasa (comunicación verbal).

### **PARA AYUDAR A QUE ESTA COMUNICACIÓN SEA POSITIVA:**

- Es importante mirarles a los ojos, con la cara tranquila que demuestre que le estamos escuchando con calma.  
**(Dibujo mujer sentada mirando a su hijo y el niño hablando)**
- Se les debe demostrar que se les entiende, se aceptan sus sentimientos

y lo que quieren decir.

**(Dibujo mujer sentada frente al niño, éste le habla y ella le expresa: ¡Yo entiendo que te enoja mucho que tú hermanito raye tus libros!)**

- Expresarles lo que pensamos de su forma de comportarse y lo que nos hace sentir, sin criticarles la forma de ser, como por ejemplo “estoy feliz porque hoy jugaste sin pelearte”; “me encanta cuando haces las cosas que te corresponde hacer, sin reclamar”; “me enoja mucho cuando reclamas tus derechos gritando”. Estos ejemplos enseñan a los niños y niñas sin necesidad de regañarles o decirles que son agresivos/as, o malcriados/as.  
**(Dibujo situación anterior, y la madre diciendo: ¡ Me enoja que golpees a tu hermano, le puedes hacer daño,¡)**
- Cuando los niños y las niñas son pequeñas/os (menores de seis años) las personas adultas debemos explicarles de forma clara el porqué de una regla y las consecuencias que habrán si no se cumple; a medida que crecen podemos establecer algunas reglas junto con ellos y ellas.  
**(Dibujo situación anterior: vamos a hablar con tú hermano para que respete tus cosas, pero tiene que quedar claro que aunque estés enojado no le debes pegar, si lo vuelves hacer te quedarás una tarde sin salir a jugar¡)**
- Realizar frecuentes reuniones familiares en donde podamos compartir las cosas que pasaron en la semana, tanto lo positivo como lo negativo  
**(Dibujo de toda la familia reunida y la niña que le dice al papá: ¡Papi a mi no me gustó que ayer usted me gritó ¡)**
- Nuestros hijos e hijas necesitan escuchar nuestra aprobación y alegría cada vez que hacen esfuerzos y se portan de forma adecuada.  
**(Dibujo situación anterior: La madre abraza al hijo y le dice: Te felicito mi amor, en vez de pegarle a tu hermano, viniste a decírmelo)**

**¡Te amo como eres  
y no cambiaría ni un centímetro  
de ti!**

# **EDUCAR NIÑOS Y NIÑAS**

Educar es una tarea muy importante que nos toca realizar a las personas adultas encargadas del cuidado y protección de niños y niñas. Implica el reto de ayudarles a crecer como personas respetuosas y autónomas. Para lograr esto es necesario que les brindemos una convivencia basada en el amor, la comunicación, el respeto, la tolerancia y la igualdad entre hombres y mujeres. Es posible educar a nuestros hijos e hijas para que aprendan a diferenciar lo bueno de lo malo, lo saludable de lo no saludable, lo constructivo de lo destructivo y para lograrlo debemos hacerlo desde el apoyo afectivo y desde una crianza positiva. La educación debe tener una finalidad formativa y educativa, orientada por el amor y no por la violencia ni la opresión.

## ALTERNATIVAS EDUCATIVAS PARA CORREGIR A LOS NIÑOS Y NIÑAS

Ya estamos de acuerdo que el castigo físico, no es una alternativa positiva para corregir a los niños y a las niñas. Entonces vamos a plantear algunas claves importantes que nos pueden servir para que nuestra familia se desarrolle en un ambiente de armonía y respeto:

### Establecer reglas claras:

Las reglas las establecemos para proteger y satisfacer las necesidades de todos los miembros de la familia. Las reglas son normas que facilitan la vida cotidiana y sirven para enseñar a los niños y a las niñas a vivir en armonía, aprender a compartir, a estar saludables, a ser amables y responsables. En la medida de lo posible, deben ser simples y plantearse de forma positiva, cuanto más claras y cortas sean más fáciles de entenderlas y recordarlas. Por ejemplo algunas reglas pueden plantearse de la siguientes formas: “Debes hacer las tareas antes de ver televisión”; “Si a las ocho están en la cama les leeré un cuento”; “Si quieres el postre debes comer”, “Cuando todos estén tranquilos serviré la mesa”; “Debes lavar los platos antes de salir de la casa”. A medida que ellos y ellas crecen las reglas pueden ir variando. Además en algunos momentos debemos dejarles participar en la elaboración de las mismas o incluso escucharles las razones cuando quieren que una regla sea cambiada. Las reglas deben ponerse una por una y es mejor poner en marcha una regla antes de comenzar otra nueva.

Nuestros hijos e hijas necesitan las reglas (disciplina) en la educación que reciben, es decir necesitan límites claros y orientación sobre lo que está bien y está mal. Esto les ayuda a recordar lo que se espera de ellos y ellas. Resulta muy cansado para las personas adultas cuando tenemos que estar todo el día detrás de nuestros hijos e hijas diciéndoles lo que deben y no deben hacer, mejor es educarles para que ellos y ellas tengan recursos propios y puedan decidir en sus vidas lo que les conviene o no. Las reglas les permite reflexionar sobre un comportamiento incorrecto, las consecuencias que puede traer y tomar sus propias decisiones. Cuando las reglas son claras llega un momento que los niños y las niñas las incorporan, de tal forma, que las cumplen sin necesidad de recordárselas.

## ¿QUE HACEMOS CUANDO ROMPEN LAS REGLAS?

Estaríamos dando un paso importante si comprendemos que en la relación diaria con nuestros hijos e hijas es natural que surjan conflictos, ya que ellos y ellas en su crecimiento y en su búsqueda de autonomía, necesitan algunas veces romper las reglas y retar a la autoridad. Al poner una regla los padres y las madres iremos aprendiendo en qué situaciones debemos reforzarla y explicarla mejor o ser flexibles e ignorarla o poner una consecuencia por haberla roto. Cuando un niño o niña rompe una regla es bueno que le pidamos que realice la conducta que deseamos, como parte de la corrección. En muchas ocasiones basta con preguntarles ¿cuál es la regla? para que realicen la conducta deseada.

Hay momentos en que las personas adultas debemos exigir el cumplimiento de una regla que consideramos importante, de este modo explicarles la conducta que esperamos de ellas y ellos y la **consecuencia** que puede tener al no hacerla.

Es mejor llamar **consecuencias** a los castigos, porque así los niños y las niñas pueden entender con mayor claridad que su conducta incorrecta tuvo un efecto, es decir una consecuencia. Explicaremos dos tipos de consecuencias:

### Las consecuencias naturales:

Son aquellas que suceden de forma natural por una conducta que hizo o se dejó de hacer. Por ejemplo, si el niño/a olvidó su merienda tendrá hambre, si olvidó el abrigo tendrá frío, si come mucho y sin masticar bien tendrá

dolor de estómago, si atraviesa corriendo la calle podría ser atropellado, no quiso amarrarse los zapatos y se calló. Cuando suceden estas consecuencias naturales debemos explicarles que eso es un efecto de lo que hizo o dejó de hacer y para la próxima oportunidad ya sabrá cómo puede evitar que le vuelva a suceder.

### Las consecuencias lógicas:

Son aquellas que le permiten al niño y niña aprender de la realidad social, éstas pueden aplicarse después de haber llegado a un acuerdo en el sentido que su conducta, tendría una consecuencia determinada. Por ejemplo, si se levanta tarde lo dejará el transporte; si llega tarde o no va a clases tendrá que recuperar los temas vistos; si rompe el juguete de un amigo tendrá que repararlo o pagarlo; si deja sus juguetes tirados no podrá usarlos la próxima vez; al terminar sus tareas podrá salir a jugar. Para que estas consecuencias tengan efecto y modifiquen las conductas de nuestros hijos e hijas debemos tomar en cuenta algunos aspectos:

- **La edad:** Es muy diferente el control de la conducta que tiene una persona de tres años, que de siete, diez o quince años. Tampoco el tipo de consecuencias que le vamos a poner; por ejemplo, a una niña de tres años hay que enseñarla todos los días a guardar sus juguetes, ya a los siete años debería poder hacerlo sola, si no lo hace se le puede aplicar una consecuencia lógica.
- **Las consecuencias deben ser razonables y debemos decirse las antes de que realicen la conducta no deseable.** Por ejemplo; si le decimos a un niño: ¡Puedes sacar todos tus juguetes y al terminar tienes que recogerlos, así no se te pierden y nadie sufre accidentes!. Otros ejemplos serían: ¡debes comer a la hora de almuerzo, si luego te da hambre deberás esperar hasta la merienda!; ¡Realiza tus tareas y así podrás salir a jugar en la tarde!.
- **Deben ser proporcionadas:** Las consecuencias tienen efecto cuando se las aplicamos por un tiempo prudente (10 o 20 minutos en caso de niños/as pequeños/as, una hora, una tarde, un día, en caso de ser más grandes). Cuando exageramos con el tiempo en muchas ocasiones se les olvida porqué tienen esa consecuencia. Esto puede aplicarse con las salidas a jugar, ir a fiestas, ir al cuarto a pensar lo que hizo, no ver el programa favorito, no usar algunos juguetes, no comprar el dulce preferido, etc. Estas consecuencias deben ser proporcionadas para que tengan efecto y para darles la oportunidad de cambiar su conducta, al rato o al día siguiente.