

## **“Los castigos en los niños”**

Sabemos que para educar a un niño, lograr que sus conductas sean más positivas e, incluso, para que consiga aprender con más rapidez es necesario utilizar refuerzos negativos y positivos, que la psicología moderna engloba bajo la denominación de técnicas de modificación de conducta.

Un refuerzo es positivo, premio, si le indica al niño lo que puede y debe hacer. Una alabanza, un abrazo o unas chuches tras la acción bien hecha, inclinarán al niño a repetir de nuevo la acción positiva deseada.

Un refuerzo es negativo, castigo, si le indica al niño lo que no puede ni debe hacer y lo que debería dejar de hacer para evitar el castigo. Son refuerzos negativos las censuras, los reproches, la misma privación de refuerzos positivos, el decir: lo que haces está muy mal, e incluso la misma ignorancia de la conducta negativa.

Es evidente que las bofetadas y cualquier otro tipo de daños propinados al niño jamás son recomendables ni tienen justificación alguna desde el punto de vista psicológico.

### **¿Cómo aplicar los castigos a los niños?**

En ocasiones, los padres no saben de qué modo castigar a su hijo para que realmente aprenda la lección. Pero es cierto que, a la hora de imponer un castigo, es importante que éste sea acorde con el carácter, la personalidad o la forma de ser del pequeño.

Y es que hay niños rebeldes, dóciles, más o menos sensibles, agresivos...por lo que habrá que castigarles en función de cómo sean, para que, de ese modo, sea efectivo.

El castigo debe ser utilizado de una manera racional para mejorar la conducta del niño y no debe depender de nuestro estado de ánimo. Hay que controlarse para poder controlar al niño. Evita aplicar un castigo con gritos o con riñas, porque esto indica que nuestro comportamiento es negativo y vengativo, lo que reforzará una conducta no aceptable. Si enseñamos a los niños que, para resolver una situación conflictiva es necesario gritar, no resolveremos problema alguno.

### **Predica con el ejemplo para corregir la conducta de los niños.**

¿Porque tenemos que gritarles para decir que no griten? Así no solucionaremos nada. Para aplicar un castigo, hay que escuchar al niño e intentar ser justo. Antes de aplicar el castigo, el niño debe estar advertido y avisado de una forma firme y definitiva.

El tipo de castigo y el modo en que se castiga al niño no debe ser desproporcionado respecto a la acción cometida o la edad para evitar provocar fuertes respuestas emocionales en el niño castigado. Conciliar el castigo con un reforzamiento de las buenas conductas, permitirá que el niño "piense" en su comportamiento para un futuro y en lo que ha hecho mal para estar castigado.

Cuando el niño es mayor, hay que ayudarlo a desarrollar sus habilidades de autocontrol, utilizando el castigo dentro de un contexto de modificación de la conducta.

**A la hora de imponer un castigo los padres tienen que tener en cuenta que:**

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 varían según las características 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 educadores deben tener la cabeza fría. Si tras el castigo nos invade un sentimiento de culpa, significa que no hemos pensado bien antes de aplicar el castigo. Por tanto, debemos armarnos de paciencia, especialmente cuando estamos cansados o enfadados por otros motivos. Los castigos físicos son desaconsejables.

3. 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.

4. 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)

5. Racionalidad. No debemos imponer castigos excesivamente duros ni tan complicados de cumplir (o de supervisar) que al final no pueden llevarse a cabo. "No sales de casa durante un mes"...Ojo con los castigos contraproducentes: a un niño tímido no debemos impedirle acudir a un cumpleaños, donde puede relacionarse con más facilidad.

6. 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.

