

Disciplina: Guía de los padres para los niños prescolares

by Sandra J. Bailey, PhD., CFLE, Especialista de Familia y Desarrollo Humano

Esta guía trata de varias estrategias de disciplina para que los padres y otros adultos que cuidan a los niños las puedan utilizar y ayudar a que su niño de edad preescolar aprenda a comportarse apropiadamente. Los temas que aquí se incluyen son: comunicar lo que se espera del niño en una manera positiva, presentar opciones simples, proveer rutinas consistentes, usar el tiempo de descanso y examinar las circunstancias cuando ocurre el mal comportamiento.

ESFORZÁNDOSE PARA SER INDEPENDIENTES

mientras que necesitan confianza, podría ser el lema del niño preescolar. Esta es la edad donde los niños quieren hacer las cosas por sí mismos, pero aún quieren saber que los padres están cerca de ellos y que les dan apoyo. Los niños preescolares son curiosos y quieren saber como funcionan las cosas. Disfrutan en imitar las acciones del adulto. También son buenos en decir "no" y desean que las cosas salgan a su manera. Los niños preescolares creen que son el centro del mundo. ¡La vida gira alrededor de ellos! Los padres se preguntan a menudo cual es el límite en dejar a que sus niños hagan las cosas solos. ¿Cuál es la mejor manera de guiar el comportamiento del niño preescolar? Los niños preescolares están aprendiendo como razonar y a desarrollar el dominio de sí mismos, por eso hay diferentes técnicas de disciplina que pueden ser utilizadas como cuando eran infantes o niños pequeños.

Aunque la disciplina significa enseñar ó guiar, el termino se asocia con frecuencia con el castigo. La meta de la disciplina es enseñar a los niños a comportarse apropiadamente en la casa, con la familia, con amigos, en la escuela y en la comunidad. Por otro lado, el castigo significa sufrir por una ofensa. A veces los niños se equivocan y se comportan mal. Los niños preescolares están adquiriendo la capacidad de concentrarse, y la habilidad de manipular objetos. Esto es muy necesario para manejar muchas tareas comunes, como llevar un plato de comida a la mesa o recordar que deben colgar la chaqueta cada vez que llegan a la casa. Los adultos tienen la responsabilidad de guiar a los niños de modo que se hagan competentes, cuidadosos y buenos miembros de la sociedad a la que contribuyen. La disciplina en lugar del castigo ayuda a que los niños alcancen esta meta.

Entender el comportamiento

Los niños no se comportan mal simplemente por hacerles la vida imposible a los padres - hay una razón para este comportamiento. Cuando el niño se porta mal, el primer paso es tratar de **determinar porque ocurre este comportamiento.**

¿Está cansado el niño, tiene hambre, tiene miedo, está tenso, cansado o herido? Por consiguiente los padres necesitan evaluar

su propia situación — ¿Están cansados los padres, no se sienten bien, tienen hambre, tensión, miedo, o están ansiosos? Los niños sienten las emociones y sentimientos de sus padres. Entender lo que pasa con el niño y los padres puede ayudar a determinar como manejar un problema de comportamiento. Los niños preescolares están aprendiendo las habilidades de coordinación y equilibrio, como por ejemplo: servirse jugo en un vaso o agarrar una crayola y colorear. Los niños a esta edad a menudo están muy ansiosos por ayudar. Los padres que dejan que sus hijos practiquen estas habilidades les están ayudando a desarrollar y controlar sus músculos, además de que adquieren conocimiento de como funcionan las cosas. Mientras que los niños aprenden estas nuevas habilidades de como controlar sus cuerpos, manos, pies, los accidentes van a suceder. Y en lugar de regañar al niño cuando derrame la leche, enseñe como limpiar lo que tiró y dejelo que le ayude. Después se le muestra otra vez como servirse la leche, el niño lo hará bien y esto significa que con la ayuda de los padres siempre se obtendrán buenos resultados.

Fijar límites de una manera positiva

Los niños a esta edad son muy activos! Los padres deben ayudarles a comportarse apropiadamente diciendoles **lo que se espera de ellos fijando límites y reglas que puedan cumplir y use palabras positivas sin amenazas.** Por ejemplo, si el niño está corriendo en la casa diga:

"Adentro de la casa caminamos, usamos los pies, afuera en el patio pueden correr." en lugar de: "No corras en la casa!" Es fácil entender que el primer mensaje es más positivo y contiene la misma información. Cuando este corrigiendo a un niño recuerde hablarle sobre el comportamiento que necesita cambiar, no sobre el niño.

La repetición es necesaria - dar la regla una vez no será suficiente. El desafío es repetir la regla con consistencia sin perder su genio!

Supervision en las actividades

Aunque los niños preescolares son más independientes que los niños pequeños, aun todavía necesitan mucha supervision de los adultos.

Ayudarles a explorar el ambiente que les rodea en una manera segura que les permita aprender y ganar su independencia.

Las reglas debe ser constantes, claras, y sencillas para que el niño las pueda cumplir. El niño debe aprender que las reglas son importantes para su seguridad y que no cambian de un día para otro. Ejemplo: Si la regla es de que el niño puede montar el triciclo sí se queda sobre la acera, a determinada distancia y cerca de la casa. De esta manera los padres pueden observar de cerca al niño.

Simplifique la vida

Los niños prescolares se abruma y se cansan muy rápido. Especialmente hoy en día porque hay una gran cantidad de estímulo en el mundo del niño - televisión, computadoras, juguetes de todas clases, y la interacción con otros niños. Algunas veces esto es demasiado para el niño y es cuando se enoja y echa rabietas.

En tal caso, intente simplificar la vida del niño y ponga límites a la situación.

Por ejemplo dígame al niño: "¿Te gustaría jugar con el camión azul o el camión rojo?" Esto limita sus opciones a un nivel más manejable. Este método también deja que el niño tenga control sobre su mundo - con la opción de escoger un camión. También se usa esta estrategia cuando le ayuda al niño a vestirse por las mañanas.

La importancia de la rutina

Los niños prescolares no pueden decir la hora viendo el reloj. En lugar de esto usan su rutina diaria para estimar la hora. Por ejemplo, después de llegar a la guardería, el niño sabe que es tiempo de jugar con otros niños, y después se lavan las manos porque es hora de comer un bocadito. Después del bocadito es tiempo para leer en grupo y al terminar se preparan para salir a jugar. Algunos padres que no siguen la rutina en casa, llevan al niño afuera y después le dan el bocadito. Los niños van a notar estos cambios!!

Otra lucha común de los padres es que diariamente tienen que preparar a los niños para salir de la casa. El niño quiere ponerse su gorro, chaqueta y botas por sí mismo, pero los padres solo están mirando el reloj porque saben que van a llegar tarde al trabajo.

Entonces es cuando empiezan las rabietas y los padres pueden perder su genio.

Un remedio a esta situación es darles más tiempo a los niños para prepararse. El hecho de que el niño se prepare por sí solo le ayuda a desarrollar su coordinación física y la autoestima. Aparte de que los padres llegaran a tiempo a sus trabajos.

Tiempo para el descanso

Hay ocasiones cuando simplemente los niños pequeños y de edad preescolar están fuera de control y no se pueden calmar. El niño puede ser muy obstinado y ninguna de las estrategias antes mencionadas van a funcionar. Esto significa que el niño necesita estar solo y descansar. **El tiempo de descanso** ofrece una buena oportunidad para que el niño recolecte sus sentimientos, pensamientos y se pueda tranquilizar. Los padres quieren que los niños aprendan a controlar su genio; sin embargo, los niños a esta edad no tienen la capacidad. Tenga un lugar específico y apropiado donde el niño pueda descansar - un lugar libre de distracciones, que no le asuste y se sienta seguro.

La idea es de igualar la duración del tiempo de descanso que necesita el niño ó la niña es conforme a su edad. Por ejemplo, a un niño de dos años se le darán dos minutos de descanso, porque va a ser más difícil que el niño se este quieto y se controle dejándolo sentado por mucho tiempo.

Dejándolos por largo tiempo en descanso no significa un mejor efecto. A los niños mayores se les puede dar la opción del tiempo que necesitan de descanso y re-agruparse. Se les puede decir: "Cuando estes tranquilo puedes regresar a jugar". Evite poner muchas veces a los niños en tiempo de descanso.

Los años prescolares están llenos de nuevas aventuras para el niño. Los padres y otros adultos que cuidan de los niños, pueden guiarlos mientras que exploran su mundo. Ofrezca opciones simples a los niños prescolares, proporcione rutinas consistentes lo más que le sea posible, solo cuando sea necesario ponga al niño en tiempo de descanso, y recuerde que cuando el niño este enojado, averigüe y examine que pasó durante el día, tanto como el de usted y el del niño, y saber cual es la causa del mal comportamiento. No nada más una estrategia de disciplina es suficiente y funciona para cada situación. El saber de varias técnicas de disciplinas y aplicarlas apropiadamente les da la oportunidad a los padres para estar listos en situaciones diferentes.



Se agradece especialmente a Betty Nitzinger y Jill Hendricks-Dixon por traducir la información de este documento/guia.

<http://www.montana.edu/wwwpb/pubs/mt200413SP.html>

Copyright © 2006 MSU Extension Service

Aprobamos el uso de este documento para propósitos educacionales no-comerciales. Este documento puede ser re-impreso para propósitos educacionales no-comerciales si no se anexa a un producto comercial, servicio ó a una compañía establecida o implícita, y si se le da crédito al autor y MSU Extension Service. Para usar estos documentos en formatos electrónicos, debe dirigirse al Coordinador de Extension Communications and Public Affairs, 416 Culbertson Hall, Montana State University-Bozeman, Bozeman MT 59017. Correo electrónico: publications@montana.edu. Para ordenar publicaciones adicionales, por favor contacte a su condado ó reservación MSU Extension office, visite nuestro catalogo online: www.montana.edu/publications ó correo electrónico orderpubs@montana.edu



El U.S. Department of Agriculture (USDA), Montana State University y Montana State University Extension Service prohíbe la discriminación en todos sus programas y actividades basados en la raza, color, origen de nacionalidad, género, religión, edad, inhabilidad, creencias políticas, orientación sexual, y estado marital y familiar. Además publicado por: cooperative extension work in agriculture and home economics, decretos de Mayo 8 y Junio 30, 1914, en cooperación con el U.S. Department of Agriculture, Douglas L. Steele, Vice Provost y Director, Extension Service, Montana State University, Bozeman, MT 59717.

Archivo registrado: Desarrollo Humano

E-16 (Education para los Padres)

**Revisado Septiembre 2006
500 9.06JM**