

---

# Disciplina: niños de todas las edades

Si bien cada niño es diferente, todos necesitan que les impongan reglas claras en cuanto al comportamiento. La disciplina tiene que comenzar tan pronto como el niño empieza a gatear. Los bebés dependen de los padres para que les brinden un entorno seguro. La disciplina debe adaptarse a la edad del niño y enseñar comportamientos adecuados a la edad.

## Aspectos que debe tener en cuenta

Algunas recomendaciones generales sobre la disciplina:

- Dé un buen ejemplo.
- Trate de reconocer y felicitar al niño cada vez que tenga un buen comportamiento.
- Recompénselo de inmediato.
- Abraze al niño luego de disciplinarlo. Hágale notar al niño que es el mal comportamiento lo que a usted le molesta, no él o ella.
- No implemente castigos físicos.

## Cómo reducir el mal comportamiento

No recompense al niño ni demuestre una actitud positiva frente a un mal comportamiento. Por ejemplo, si está haciendo un berrinche, darle una galleta para que se calme es recompensarlo por un mal comportamiento. Para reducir el mal comportamiento, intente lo siguiente:

- No aliente el mal comportamiento. En cambio, trate de ignorarlo.
- Haga que el mal comportamiento desencadene consecuencias negativas, como un castigo.

Hay 2 formas de castigar al niño:

- Privarlo de sus privilegios o de una actividad que le guste hacer. Por ejemplo, limitar el tiempo que pasa frente al televisor o a cualquier otra pantalla o negarle el postre.
- Pedirle que haga actividades que no le resulten divertidas, como las tareas del hogar. O bien, podría implementar un tiempo muerto.

Un comportamiento determinado puede desencadenar consecuencias naturales parecidas a un castigo. Por ejemplo, un niño que no quiere comer se irá a la cama con hambre.

Recuerde que dar nalgadas y otras formas de castigo físico no son útiles. Este tipo de disciplina le inculca al niño comportamientos agresivos.

## Consejos de disciplina según la edad

Por lo general, la disciplina depende de la edad del niño y de la medida en que entienden su propio comportamiento. Las siguientes son algunas recomendaciones de disciplina conforme a los distintos grupos de edad.

---

## **Bebés y niños pequeños**

- La seguridad es la principal preocupación. Proporcione un entorno seguro que disminuya las probabilidades de que el niño rompa algo.
- Los bebés responderán a un “no” fuerte y claro.
- Luego de decir “no”, haga que el niño pase a un buen comportamiento, como por ejemplo, jugar con un juguete.
- No recompense el mal comportamiento. Ignore los berrinches, pero reprenda otras actitudes, como morder o pegar.
- Felicite al niño por el buen comportamiento y recompénselo.

## **Niños en edad preescolar**

- Los niños en edad preescolar necesitan reglas claras y coherentes.
- Necesitan tiempo para prepararse para la próxima actividad. Dé al niño una advertencia antes de interrumpir el juego.
- Los niños de esta edad necesitan que les expliquen bien las cosas.
- Implemente la estrategia del tiempo muerto para el mal comportamiento.
- Recompense al niño por el buen comportamiento.

## **Niños en edad escolar**

- Dele al niño la oportunidad de explicar su comportamiento y su opinión.
- Deje que exprese sus sentimientos y sus inquietudes.
- Dele opciones.
- Dele la oportunidad de resolver juntos los problemas relacionados con su comportamiento.

## **Adolescentes**

- Los adolescentes necesitan que los padres sean pacientes y comprensivos. Pondrán a prueba todos los límites.
- Debe explicarle al adolescente las consecuencias a largo plazo del mal comportamiento.
- Dele la oportunidad de participar en el establecimiento de los límites según su grado de su madurez.