

NORMAS BÁSICAS DE DISCIPLINA

Hojas de Información Sanitaria (HIS)

Los padres tenemos una gran influencia en el comportamiento de nuestros hijos, tanto en las conductas adecuadas como en los comportamientos inadecuados. Enseñar a nuestros hijos/as a respetar las normas y a obedecer no es tarea fácil, pero estamos en condiciones de influir positivamente e incidir en su correcto desarrollo tanto psicoafectivo como social.

Vamos a enumerar algunos comportamientos habituales en los adultos que dificultan el aprendizaje adecuado de las normas básicas de conducta.

LO QUE NO DEBEMOS HACER	ES MEJOR
Límites confusos y poco claros.	Hemos de explicarles de forma muy clara lo que está permitido y lo que no. Los niños han de saber lo que se espera de ellos, hay que dejar muy claros cuáles son los límites ya que son los mensajes que comunican nuestras reglas y definen el equilibrio de poder y autoridad en nuestras relaciones.
No cumplir nuestras advertencias.	Hemos de explicar previamente qué ocurrirá si traspasan ese límite y nos ponen a prueba, es decir, qué consecuencia habrá si transgreden esa norma o advertencia. Evidentemente siempre hemos de cumplir con nuestras advertencias, sino el mensaje que transmitimos a nuestros hijos es que nuestras palabras a veces se cumplen y a veces no, con lo cual la tendencia del niño será siempre probar a ver qué ocurre, es decir, si vamos en serio o no.
Recompensar las conductas inadecuadas.	Las consecuencias que se aplican después de una mala conducta son las que determinan la probabilidad de que esa conducta se repita en el futuro o no. Es decir, si la consecuencia de la conducta inadecuada es de alguna forma una recompensa para el niño, dicho comportamiento tenderá a repetirse. Ejemplo: Marta llora cuando se le manda a dormir, le prometemos que le leeremos un cuento si se va a la cama y deja de llorar. Resultado: Marta llorará siempre hasta que no le contemos un cuento a la hora de irse a la cama.
Pedir lo que nosotros no hacemos.	Nosotros somos los modelos a imitar. Difícilmente podremos pedir a nuestros hijos que no hagan aquello que nosotros hacemos, es decir, no podemos castigar a nuestro hijo mayor que ha pegado al pequeño dándole un azote, ya que nuestro mensaje verbal y nuestra actuación es contradictorio, estamos sancionando nuestra propia conducta.
No reforzar las conductas adecuadas.	Es importante prestar mucha atención cuando nuestros hijos nos hagan caso a la primera o sigan una norma sin darnos problema alguno, será entonces el momento para expresarles nuestra aprobación.

	<p>Cuando prestamos atención a un comportamiento sea o no correcto estamos influyendo directamente en su futura aparición. En consecuencia si atendemos a las conductas correctas e ignoramos las inadecuadas estaremos influyendo directamente en un cambio de comportamiento.</p> <p>La atención de los padres, las palabras de elogio y aprobación, las caricias o los premios en general, dispensados por la realización de una conducta correcta de los hijos, aumenta la probabilidad de que esa conducta se repita y se perfeccione.</p>
Ser incoherentes.	<p>Los mensajes de actuación tanto del padre como la madre han de ser los mismos. Difícilmente conseguiremos resultados satisfactorios si no hay consenso entre ambos, el niño tenderá a hacer caso al mensaje que más le interese según sus preferencias o necesidades</p>
Personalizar la mala conducta.	<p>Los niños no se portan mal para "fastidiarnos", sino que están aprendiendo qué es lo que está bien y mal. Son nuestros mensajes y las consecuencias que aplicaremos sino se cumplen, lo que les enseña a mejorar su conducta. Si pensamos que su comportamiento está dirigido directamente a nosotros dejaremos de ser eficaces educativamente.</p>

En definitiva, para ayudar a nuestros niños/as a entender que las normas se han de cumplir y que en casa las ponen los padres es necesario que dichas normas sean claras y concretas, adecuadas a su nivel de edad; habrán de saber qué les ocurrirá si las intentan transgredir y siempre lo habremos de cumplir. Para aumentar y/o mantener un comportamiento adecuado será necesario que le demos una atención especial cada vez que se produzca y dejaremos de prestar atención a aquellos comportamientos inadecuados que únicamente reclaman nuestra atención en negativo. Por otro lado hemos de pensar que somos el modelo de nuestros hijos y que aprenden directamente de nuestra conducta, sea correcta o no.