

BIENESTAR FAMILIAR

Considerando Consecuencias Efectivas

- Consecuencias efectivas
- Consejos
- Recursos para más apoyo



Las consecuencias son una parte inevitable de ser padre. Como podemos dar consecuencias que son efectivas?

Es lógico que cuando un niño se porta mal, el resultado es darle una consecuencia, más comúnmente conocidas como un castigo. Estas consecuencias les dan un ejemplo a los niños de de lo que experimentamos en la "vida real" como adultos. También les da a los niños una oportunidad de aprender cómo sus acciones y lo que escogen hacer los afectan a ellos y a los demás. En práctica, muchos padres se dan cuenta que sus consecuencias "no están funcionando" y se encuentran en una batalla sin fin con sus hijos. Las consecuencias se dan pero el comportamiento no cambia y algo ha ido mal.

Si la meta de la consecuencia es que el niño aprenda los

efectos que tienes sus acciones entonces la consecuencia debe ser una extensión natural de esa acción. Le pegaste a tu hermana → entonces necesitas jugar solo. Aventaste tu vaso → entonces necesito que lo regreses al refrigerado. Necesitas gritar → entonces vamos a salir afuera donde está bien gritar.

Como padres, tendemos en enfocarnos en consecuencias que no son extensiones de la acción que fue cometida--como quitar el celular o la tableta, perder el tiempo enfrente de la television, o aveces castigos físicos como las nalgadas--pero las studios científicos nos demuestran que cuando la consecuencia es una extensión lógica y natural del comportamiento, es mucho más efectiva.



Consejos para dar consecuencias efectivas

Que puedes hacer para que la consecuencia sea una extensión lógica y natural del comportamiento

Empieza con aprender.

Si la idea de dar una consecuencia lógica es algo extraño para ti, puede ser que tú no recibiste consecuencias lógicas como niño. Tú puedes empezar a aprender usando los enlaces encontrados en el lado derecho. Estos enlaces pueden ayudarte a entender cómo y porque estas estrategias son mejor para ayudar a detener el mal comportamiento y te ayudaran a mantener una relación sana entre padre e hijo.

Practica tu habilidad.

Pensar en una consecuencia lógica y natural —mientras tú también estas frustrado—es una habilidad muy difícil de perfeccionar. Tú puedes practicar esta habilidad haciéndote la pregunta “cual es la consecuencia natural” cuando ves a un niño comportándose mal en la television o en un lugar público. Ten paciencia cuando empieces a usar estas estrategias en casa.

Considera que pasaría si no intervienes.

Algunas consecuencias naturales no son seguras—como por ejemplo, que pasaría si un niño toca la estufa caliente. En estos casos necesitamos intervenir y proteger a nuestros hijos de consecuencias naturales que sean peligrosas. Sin embargo, considerando que PUDIERA pasar puede ser una buena idea para encontrar la consecuencia natural. Por ejemplo, la consecuencia natural de no ser amable con su hermano es que el hermano ya no quiere jugar. La consecuencia natural de aventar los juguetes puede ser que se rompan y los tengan que guardar. Podemos platicar y ayudar a los niños a entender las consecuencias naturales mientras imponemos la consecuencia. Por ejemplo, “Aventar los juguetes puede causar que se rompan. Tú estas aventando el juguete, así que necesito guardarlo para que no se rompa.”

Pregúntale a tu hijo.

Cuando empezamos a ver las consecuencias como herramientas para ayudar a nuestros hijos a mejorar y no cómo un castigo para hacerlos sentir mal sobre su error, podemos trabajar con nuestros hijos y encontrar las herramientas que necesitan. Cuando ellos sean mas grandes podemos preguntarles, “que podemos hacer para ayudarte?” o “Parece ser difícil para ti no aventar/pegar/etc?” o “parece que se te hace difícil no tirar o pegar. Qué puedo hacer para que esto se te haga mas facil?”

"De dónde sacamos la idea de que en orden para que un niño se porte MEJOR, primero tenemos que hacerlo sentir PEOR?"

– SARAH OCKWELL SMITH

Recursos

Para mas apoyo

- Artículos con más información y estrategias sobre [consecuencias naturales](#).
- [Disciplina Amable](#): Usando la conexión emocional--no el castigo-- para criar niños aptos y seguros : Disciplina Gentil Libro de Sarah Ockwell Smith
- [La verdad Sobre las Consecuencias](#): un podcast de Janet Landsbury experta en crianza.
- Aprende más Sobre Consecuencias Naturales Tomando Esta Clase: [Crianza con sentido común de Boystown](#)
- [Disciplina Consciente](#), webinar para padres.

