

Disciplina Positiva

Usted puede ayudarle a su niño entender lo bueno y lo malo con el uso correcto de la disciplina. La disciplina es una forma positiva de enseñarle a su niño cual es el comportamiento aceptable y no es igual al castigo. No es negativo y no causa daño físico ni emocional. Los niños que relacionan el comportamiento con intimidación, vergüenza o miedo suelen hacer sus decisiones basadas en la ira, el engaño, o el miedo. Los niños que aprenden a través de métodos positivos llegan a confiar en sus propias capacidades de reconocer y tomar buenas decisiones.

La etapa entre uno y dos años (etapa de toddlers en inglés) puede poner a prueba la paciencia de los padres. En esta edad, los niños están continuamente probando sus habilidades y la independencia recién descubiertas. Es importante que el niño tenga límites y disciplina, ambos contribuyen a crear una sensación de seguridad. Decida cuales son los comportamientos que no se acepta (cruzar la calle sin ayuda, golpear a otro niño) y, a continuación, sea claro, tranquilo y coherente cuando comunique esta información a su hijo. También es importante dejarle tomar sus propias decisiones (la elección de un traje, un libro de la biblioteca o una actividad) y dejarle explorar.

Las siguientes técnicas pueden ser útiles en la disciplina de los niños pequeños:

Elogio: Haga elogios a su niño cada vez que se comporta bien. Los niños trabajan muy duro para recibir la aprobación de los adultos.

Ignorar: Con algunos comportamientos, es mejor ignorarlos. Por ejemplo cuando su niño llora y le la mano cuando usted está hablando por teléfono. Ignore este comportamiento completamente. Si su hijo ve que no recibe su atención cuando se porta así, muchas veces deja de portarse así. Más tarde, cuando termine la llamada, le puede decir, "No me gusta que me tires la mano a menos que sea una emergencia. Cuando haya terminado mi conversación, podemos hablar".

Hora de salida: Hay ciertos comportamientos que no se pueden ignorar, o situaciones que llegan a estar fuera de control. En estos casos, usar el tiempo fuera ("time out" en inglés) puede ser necesario. Este tiempo le da al padre tanto al niño la oportunidad de alejarse de una situación cargada de emotividad para hablar más adelante de la situación de una forma más tranquila. Empiece por designar una silla o el lugar en su casa donde su hijo puede estar seguro y tranquilo. Nunca deje a su hijo en tiempo fuera" por más de 10 minutos. La norma general para un tiempo fuera es sentarle 1 minuto por cada año que tiene el niño; Así, un niño que tiene un año, se siente por un minuto, el niño que tiene dos años, por dos minutos etc.