

Alternativas al castigo

Pues resulta que no es necesario castigar a los niños para que se porten bien, ni castigo físico ni psicológico. Podemos convivir todos en armonía sin castigos.

Lo primero, porque los niños no tienen menos derechos que un adulto y en cambio los adultos no nos vamos castigando por ahí. ¿Te imaginas a tu jefe: “No has plegado bien estas camisetas”, “Pues te quedas sin vacaciones”? No parecería totalmente ilegal pero en cambio, a un niño que está en desarrollo se le suelen aplicar cosas parecidas por su bien (retirarle privilegios...).

En problema viene de base, primero porque es lo que nos han enseñado, nos han dado una lista de técnicas de modificación de conducta, generalmente sin explicarnos las consecuencias de estas técnicas (silla de pensar, ignorar, retirar privilegios...) Y lo segundo porque no nos han enseñado a entender el cerebro del niño, porque teniendo un poco de conocimientos sobre este tema, yo creo que actuaríamos de manera distinta, o bien, nos replantearíamos lo que nos han enseñado y siempre hemos visto.

Es cierto que **el conflicto existe**, y más en un aula. Entonces ¿Cómo podemos actuar? ¿Qué hacemos cuando un alumno agrede a otro, cuando rompe un material, cuando estalla en una rabieta?

A continuación, voy a intentar explicar alternativas a los castigos que todos conocemos:

Hay una serie de aspectos básicos que tenemos que considerar sobre los niños pequeños que nos servirán para prevenir los conflictos, o por lo menos, para entenderlos.

Primero: Prevención

1. **Entender al niño:** intentar conocer cómo piensa un niño te evitará muchos enfados y frustraciones, ya que está desarrollándose, que no hace las cosas con mala intención, que igual ha pasado mala noche, o se está poniendo malo y eso le hace estar más irritable. Los adultos tenemos malos días ¿y los niños? Los niños son más “emocionales” que los adultos, rigiéndose más por el hemisferio derecho del cerebro y por la parte inferior de este. El lenguaje no les permite comunicarse como nosotros y menos regular su conducta como nosotros lo hacemos, por lo que es comprensible que cuando sienten una injusticia (les quitan un juguete...) respondan de una manera más “impulsiva” que como lo haría un adulto, puede ser que grite, llore, pegue o incluso muerda. Pero ahí estamos nosotros, para calmarle, conectar con ellos y ayudarle a poner nombre a sus emociones y sentimientos. Todo esto demuestra que nuestra parte cognitiva como seres humanos es muy importante, por lo tanto, no tratemos a los niños (ni a los adultos) como ratas, palomas o gatos, con técnicas conductistas. Porque en los humanos siempre hay un porqué detrás de la conducta.

2. **Paciencia, grades dosis...** Y cambiar el chip, hay personas que se ponen muy nerviosas cuando alguien no es capaz de hacer algo y les resulta más sencillo arrebatárles lo que están haciendo y terminarlo de hacerlo ellos. Con niños... los que trabajáis con ellos o tenéis hijos, sabréis lo que les cuesta aprender a subirse un pantalón simplemente, o ponerse un abrigo, o lo que se manchan comiéndose un yogurt... Están aprendiendo y por supuesto que a veces es más fácil y rápido que les hagamos las cosas, pero eso les resta independencia, una independencia que a ellos les encanta y que a la larga a nosotros nos libera trabajo.
3. **¿Cómo nos comportamos nosotros?** Ahora nos toca mirar hacia nosotros mismos, todos conocemos la importancia del aprendizaje por observación, así que deberemos ser coherentes y no pedir a los niños hacer cosas que nosotros no hacemos, por ejemplo, es posible que no nos guste cuando los niños chillan y que nosotros les llamemos la atención gritando. (¿alguna vez habéis visto a una madre diciendo: “no se pega” mientras le da una palmada al niño?) Es muy importante predicar con el ejemplo. Y no solo hay que tener en cuenta lo que decimos, sino hay que tener en cuenta lo que transmitimos mediante el lenguaje no verbal.
4. **Explicar de antemano los límites.** Los niños pequeños aprenden experimentando y es normal que cojan un juguete, lo miren y en determinado momento... El juguete sale volando por los aires. Dependiendo del juguete y de la cantidad de niños realizando estas reacciones circulares terciarias, es posible que sea peligroso. Hay casos en los que deberemos explicar con antelación que ese juguete es peligroso, que no se puede lanzar y de esta forma evitar conflictos. Los niños experimentan con los materiales porque es su forma de aprendizaje, su forma de recibir información y generar sus hipótesis, es natural que prueben. Como no pueden adivinar que esa conducta no nos gusta (o de ponerse en el punto de vista de la otra persona para imaginar el daño que le puede hacer que le caiga determinado objeto) Les deberemos de explicar de antemano como tratar determinados materiales, o que en la calle no nos podemos soltar de la mano porque vienen coches... Como dice Rebeca Wild: *“los límites son por lo tanto imprescindibles para que pueda llegarse a actuar con libertad. Son los puntos de apoyo necesarios para que todo organismo... pueda también orientarse en el mundo exterior”*
5. **Evitar que se sientan incómodos.** El sueño y el hambre principalmente pero también el calor, el frío, el ruido... pueden desencadenar en rabietas, conflictos... Ellos muchas veces aún no saben expresar como se sienten, ayudémosles. Como dice Rebeca Wild en Libertad y límites:
“nadie se comporta mal cuando se siente bien”.
6. **Dar libertad,** en mi opinión, (y esto es opinión personal) un entorno preparado donde los niños puedan elegir qué hacer, con qué quieren jugar, donde haya material suficiente... (dentro de unos límites, como hemos explicado anteriormente, con esto no me refiero a ser libres para correr por la clase empujando a sus compañeros, lanzando los juguetes en la cabeza de otros... porque en este caso, los conflictos aumentarán) favorecerá el que cada niño se concentre en un tarea, cada niño actuará según sus intereses y evitaremos niños

cansados, aburridos, haciendo cosas que no les gustan y por lo tanto, más irritables.

Pero hay veces, que por mucho que prevengamos el conflicto... Aparece. De repente Pepito ha mordido a Juanito ¿Qué hacemos?

Opción 1: Mando a Pepito al “rincón de pensar”, para que piense sobre lo que ha hecho mal, no medio ninguna palabra con él, lo llevo del brazo con un fuerte ¡No se muerde! Y lo ignoro hasta que me parezca (un minuto, dos...)

Opción 2: Hago que Pepito le pida perdón a Juanito y lo llevo al “rincón de pensar” para que se tranquilice y cuando considere, que vuelva al grupo. (Podemos cambiar el “rincón de pensar” por retirarle un privilegio como salir al patio, ver la Tv...)

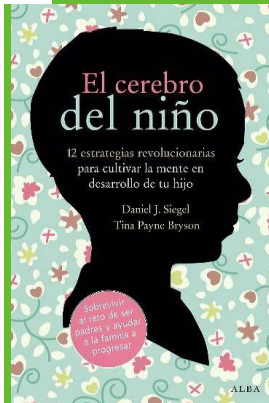
Opción 3: “conectamos” con Pepito, le decimos lógicamente que no hay que hacer daño a los demás y le ayudamos a “reparar” el daño (darle crema a Juanito en el mordisco, un abrazo...) Por supuesto calmamos a Juanito y aprovechamos la ocasión para poner nombre a lo que ha pasado, a los sentimientos que han tenido ambos y que les han llevado a actuar de esa manera, al mismo tiempo que intentamos comprender las razones por las que Juanito ha ocasionado daño a un compañero ¿realmente Pepito tiene un lenguaje suficiente como para expresarse, o a usado la agresión porque era su única forma de manifestarse? ¿Habrà pasado mala noche, está más irritable de lo normal?...



En las 2 primeras opciones, nosotros, como educadores, nos hemos quedado tranquilos, parece que hemos “hecho justicia” hemos castigado al agresor para que no vuelva a hacer, para que el castigo le impida repetir el suceso, pero... ¿En qué se supone que va a pensar un niño en el rincón de pensar? ¿El sólo va a ser capaz de ponerse en el punto de vista de la otra persona y darse cuenta de lo que ha hecho mal? (teniendo en cuenta el egocentrismo de esta etapa en la que no es capaz de ponerse en el punto de vista de otras personas y que la teoría de la mente se adquiere a los 4 o 5 años) Lo que ocurrirá es que no cojera aversión al “hecho” que lo ha llevado al castigo, sino a la persona que lo ha castigado. Aprenderá a actuar por miedo al castigo y no porque haya interiorizado la norma (y más si nadie se la explica) Así que cuando la “autoridad” no esté presente, la conducta se puede volver a repetir. No aprenderá a expresar sus emociones de ninguna otra forma que mediante la agresión, ya que no hemos explicado lo que ha ocurrido. Por lo que estas formas, tendrán muchos adjetivos pero el de educativo, seguro que no. Además le tenemos que añadir el problema de la indefensión aprendida. Si el “rincón de pensar” fuera realmente para “pensar”... Primero no debería aplicarse en niños tan pequeños ya que no son capaces de ponerse en el punto de vista de la otra persona y segundo, el niño no

tendría por qué estar solo, ya que con la ayuda de otra persona (adulta por ejemplo) seguro que le facilitaría pensar sobre lo sucedido. Lo mismo podríamos decir de otras formas de castigo, ¿por dejar a un niño sin ir al parque va a dejar de morder a Juanito o va a aprender a esperar que el juguete quede libre para utilizarlo?

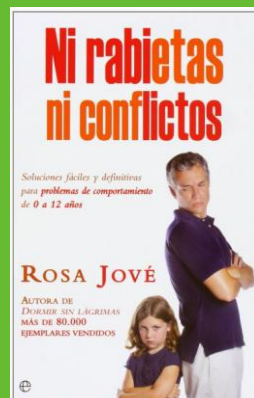
Entonces **¿Qué podemos hacer ante un conflicto?**



- **Conocer como es un niño**, como funciona su cerebro, lo que puede hacer y sus limitaciones. Entender que se rige más por su parte emocional, que no sabe que sus estados son pasajeros, viven totalmente en el presente. Para esta parte recomiendo leer *“El cerebro del niño”* de Siegel. Además es importante saber que los niños exploran, son curiosos, juegan, gritan, tienen rabietas... Y eso es totalmente normal.

- **“Conectar con el niño”** Antes de explicar nada, debemos calmarlo, muchas veces un simple abrazo es suficiente para que el niño abandone su parte emocional y pase a trabajar con su parte izquierda del cerebro.

Recordemos una frase de Rosa Jové: *“Quiéreme cuando menos lo merezca porque es cuando más lo necesito”* y tener empatía con el niño.



- **Enseñar alternativas a la agresión** (expresar sus sentimientos, empatía...)



Hablar sobre lo que ha pasado, ayudarles a verbalizar

lo ocurrido, poner nombre a sus sentimientos. De esta forma, no sólo aprenden lo que no se debe hacer y por qué, sino que es un recurso de cara a toda la clase, el conflicto nos sirve de aprendizaje. En este caso, podemos leerles cuentos que les ayuden a poner nombre a sus sentimientos. (El monstruo de los colores es un buen cuento para este tema, el emocioario para cuando son más mayores...).

- **Recordar que somos su base segura** (en el caso de los padres principalmente) y que como tal, debemos estar disponibles. También en muchas ocasiones somos una figura de referencia para ellos, no tiene sentido intentar crear un clima de cariño y confianza en un aula donde el profesor grita, castiga... es más sencillo en un entorno donde se hablan las cosas, nadie tiene miedo a expresar su opinión, no se juzga a nadie, se respeta... Según Montagu (1990) El tipo de conducta que despliega un ser humano en un momento concreto no está determinada por sus genes, sino fundamentalmente por su experiencia vivida en interacción con esos genes. Debemos partir de la relación entre violencia, cultura y sociedad.

¿Y a largo plazo? ¿Qué es lo que pasa si en vez de castigar, simplemente nos dedicamos a explicar las reglas y a dar nuestro apoyo emocional?

Debemos tener en cuenta que el estilo educativo produce consecuencias en el desarrollo de los niños. Baumrind (1975, 1980) describió tres tipos de estilos de crianza, que se completó con un cuarto por Maccoby y Martin (1983).

Según estos estudios, cuando los padres son **democráticos** y combinan una alta afectividad hacia sus hijos junto a límites pero explicando y razonando el porqué de las reglas. Los hijos tienden a mostrar una alta **autoestima, alta competencia social y un óptimo rendimiento escolar**.

En cambio, cuando los padres son **autoritarios**, siendo muy rígidos con las normas, sin tener en cuenta las necesidades emocionales de los niños. Los hijos tienden a ser **dependientes**, no son capaces de crear sus propios criterios porque les han sido siempre impuestos, **son poco asertivos y fácilmente irritables**.

Los mismos resultados derivan de los trabajos de Farrington (1978) y Kazdin (1985) en los cuales correlacionan a los niños que presentan conductas agresivas con padres menos afectivos, que dar menor apoyo emocional a sus hijos y que se preocupan poco por el control de sus hijos.

¿Qué queremos? Niños responsables, que sepan que en su mundo hay límites pero que conozcan perfectamente por qué deben cumplirlos (No debo morder aunque estoy muy enfadado porque hago daño) (No tiro los juguetes porque es

peligroso) (No puedo soltarme de la mano cuando pasan coches porque me pueden atropellar), que reconozcan como se sienten (y sean capaces de ponerles nombre a sus sentimientos), que sepan que las personas tenemos emociones pero que estas son pasajeras (ahora estoy enfadado pero muchas otras veces estoy feliz) o...

... niños que obedezcan por miedo a la autoridad, por miedo a ser castigados sin conocer las razones por las que son castigados, que lleguen a pensar que hagan lo que hagan serán castigados (lo que se denomina indefensión aprendida) y que hagan las cosas a escondidas por miedo.

-García, J. A; Delval, J. (2010) Psicología del desarrollo I. Uned. Madrid

-Jové, R. (2011) Ni rabietas ni conflictos. La esfera de los libros.

-Siegel, D; Bryson, T. (2012) El cerebro del niño. Alba.

-Pellón, R; Miguens, M; Orgaz, C; Pérez, V. (2014) Psicología del aprendizaje. Uned

-Jové, R. (2011) La Crianza feliz. La esfera de los libros.

-Wild, R. (2006) Libertad y límites: amor y respeto. Herder.

Laura Estremera