

Christa McAuliffe Elementary
Charter School



**Problemas disciplinarios
comunes en los niños de
primaria
—y cómo resolverlos**

Una en la serie Guías para los Padres
elaborada por



Christa McAuliffe Elementary Charter School

Guía para los Padres

Problemas disciplinarios comunes en los niños de primaria

—y cómo resolverlos

The Parent Institute
P.O. Box 7474
Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525
www.parent-institute.com

Editor: John H. Wherry, Ed.D. Director Ejecutivo: Jeff Peters. Escritora: Holly Smith. Directora General: Betsie Ridnour. Redactores: Pat Hodgdon, Rebecca Miyares y Erika Beasley. Asistente de Redacciones: Pat Carter. Director de mercadotecnia: Laura Bono. Gerente Comercial: Sally Bert. Gerente de Operaciones y Servicios Técnicos: Barbara Peters. Gerente de Suscripciones: Pam Beltz. Asociadas de Suscripciones: Peggy Costello, Louise Lawrence, Elizabeth Hipfel y Margie Supervielle. Asistente Comercial: Donna Ross. Asociada de Mercadotecnia: Joyce Ghen. Asociadas de Circulación: Marsha Philips, Catalina Lalande y Diane Perry.

Copyright © 2010 por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc.

Licensed for distribution by Christa McAuliffe Elementary through August 2017.

Christa McAuliffe Elementary Charter School

Tabla de Contenido

Introducción2
Cinco verdades inquebrantables sobre la disciplina eficaz2
Dilema disciplinario #1: Mentir3
Dilema disciplinario #2: A la hora de las tareas3
Dilema disciplinario #3: Actos desafiantes3
Dilema disciplinario #4: Mal comportamiento en la escuela4
Dilema disciplinario #5: Peleas entre los hermanos4
Dilema disciplinario #6: Los quehaceres4
Dilema disciplinario #7: Replicas insolentes5
Dilema disciplinario #8: A la hora de acostarse5
Dilema disciplinario #9: Descuido e irresponsabilidad5
Dilema disciplinario #10: Quejas y suplicas6
Consecuencias apropiadas6
Consecuencias naturales vs. consecuencias lógicas6
Frases comunes para usar todos los días6
Si necesita ayuda7
Para mayor información7
Otras Guías para los Padres por The Parent Institute8

Introducción

¿Por qué es tan divertido vivir con un niño de primaria? Porque son independientes, creativos y libres de convencionalismos? ¿Por qué es tan difícil vivir con un niño de primaria? Porque son independientes, creativos y libres de convencionalismos.

En otras palabras, las cosas que hacen que un niño de primaria sea interesante, son las mismas cosas que hacen que sea un tanto difícil criarlos (y disciplinarlos). Después de todo, un día en la escuela trae consigo nuevas experiencias, situaciones sociales y nuevas oportunidades para probar los límites.

Pero estos límites son importantísimos, porque los chicos de primaria, como todos los niños, se desarrollan mejor en un ambiente que tenga una disciplina sistemática y esté aplicada con cariño. Si bien es cierto que a veces es muy difícil ser cariñosamente sistemático, esto se puede lograr. Al niño de primaria no le bastará escuchar simplemente “Porque sí,” aunque esta respuesta sí es suficiente para satisfacer a su hermanita menor.

A continuación le ofrecemos una lista de los 10 problemas de disciplina más comunes en los chicos de primaria, junto con sugerencias para guiar a su hijo por estos años tan fascinantes y estimulantes.



Cinco verdades inquebrantables sobre la disciplina eficaz

1. Disciplinar significa “enseñar”—no significa “castigar.” Es decir, debe estar motivada por el cariño que le tiene a su hijo.
2. La coherencia es la clave. Es crítico que usted sea sistemático cuando disciplina, sea cual fuera la manera específica en que usted aborda el asunto. En otras palabras, las reglas de esta mañana se aplican también por la tarde.
3. Ninguna estrategia disciplinaria funciona siempre—pero eso no significa que no sirva para nada.
4. Los niños necesitan y quieren que se les establezcan límites. La disciplina eficaz no ahoga a los niños—les da una base firme y confiable para crecer y madurar.
5. Disciplinar no es simplemente corregir lo que su hijo hace mal—es también celebrar lo que hace bien. Mientras más elogie a su hijo y refuerce las cosas buenas que hace, mayor será su deseo de actuar correctamente.

Dilema disciplinario #1: Mentir

Solución inteligente: Su hijo sabe que usted no le va a creer ese cuento fantástico de que el conejillo de indias se comió la tarea, pero se lo cuenta de todas maneras. ¿Por qué? Es poco probable que sea porque quiera salvarle el pellejo al perro. Los niños mienten por muchas razones, pero eso no significa que mentir sea aceptable. Aquí le ofrecemos maneras de lidiar con su pequeño de primaria, un tanto propenso a 'moldear' la realidad:

- Entienda por qué razón miente. Si sus mentiras traen como resultado que usted le dé su atención exclusivamente, es probable que esté buscando precisamente eso: su atención. La solución podría ser pasar más tiempo con él.
- Analice su horario de actividades. ¿Acaso su vida diaria está programada en exceso? ¿Todo lo que hace está planificado y establecido con anticipación? Si la respuesta es sí, podría estar mintiendo para afirmar su autoridad y sentirse más en control de la situación.
- Deje que su hijo asuma responsabilidad por sus acciones. Muy bien, a lo mejor el conejillo de indias sí se comió su tarea. Deje que se lo explique a la maestra—sin ninguna intervención de su parte—y vea cómo lidia él mismo con las consecuencias.

Solución de la vida real:

“Mi hijo de nueve años tenía la horrible costumbre de dejar sus medias, zapatos o chaquetas dondequiera que se los quitara,” dice una madre de dos niños. “Empecé a aplicar la siguiente norma: un quehacer adicional por cada prenda de vestir que dejara tirada.” Después de dos días de tener que hacer los quehaceres de su hermanita, escuché un ruido. Le pregunté qué estaba haciendo y me respondió, ‘Estoy guardando mis zapatos y medias.’”

Dilema disciplinario #2: A la hora de las tareas

Solución inteligente: ¿Añora los días del pasado cuando la “tarea” de sus hijos era pintar los patitos amarillos y el cielo azul? ¡Cómo han cambiado los tiempos! Hoy por hoy, su hijo de tercer grado llega a casa con pilas de problemas de división y su hijo de quinto necesita su ayuda para construir una maqueta del Partenón usando sólo fideos. (Y lo más probable es que no se sientan muy entusiasmados ante la perspectiva.) Para evitar problemas con las tareas, pruebe los siguientes consejos:

- Establezca una rutina. Encuentre un sistema que le funcione a su hijo, ya sea que se trate de “patear una pelota en el jardín antes de sentarse con los libros” o “lanzar unos cuantos pelotazos al aro y luego concentrarse en las tareas.” Ninguna rutina le resulta aceptable a todos, pero considere implantar una en la que haya algo de ejercicio físico (esto ayuda a desfogarse).
- Sea sistemático. Busque un lugarcito tranquilo para trabajar—la mesa de la cocina, el piso en su dormitorio—y pídale que lo use todos los días.
- No ayude mucho. No hay nada de malo en orientar a su hijo para resolver uno o dos problemas, pero si él espera que usted se siente a su lado constantemente, ha llegado la hora de dar un paso atrás.

Dilema disciplinario #3: Actos desafiantes

Solución inteligente: Un carácter fuerte y una independencia feroz son cualidades admirables ... en los hijos de los otros. Bueno, admita que también las admira en sus propios hijos. Así y todo, los niños que constantemente desafían la autoridad de los padres y cuestionan todas y cada una de las reglas, pueden llegar a cansar hasta al más resistente de los padres. Para resolver el problema del desafío a la autoridad—o simplemente prevenir que ocurra—pruebe lo siguiente:

- Deje que su hijo sugiera las reglas de la casa—cuando sea posible. Usted tiene la última palabra, pero considere permitirle que contribuya sus propias ideas cuando se trate de temas conflictivos.
- Decida qué batalla vale la pena librar. ¿Acaso dice “No” de manera automática a todo lo que pide su hijo? ¿Es que todas las infracciones, aún las más pequeñas, resultan en un sermón furibundo? Si usted nota que ha dejado de ser padre y se ha convertido en guardián, tendría que reevaluar su papel.
- Acepte los desafíos a la autoridad—hasta cierto punto. Sí, es normal que su hijo sea beligerante a veces. Pero eso no le da el derecho de faltarle el respeto o ser hiriente. Si sus desafíos se pasan de la raya, dígaselo y aplique las medidas apropiadas.

Dilema disciplinario #4: Mal comportamiento en la escuela

Solución inteligente: A todos los padres, que están ocupadísimos y exhaustos, les resulta tentador mantenerse al margen durante las horas de escuela y dejar que el maestro lidie con cualquier problema de disciplina que se pueda presentar. Pero mantener una disciplina eficaz y positiva requiere que usted esté al tanto de su comportamiento dondequiera que él esté. Le ofrecemos maneras de abordar—en casa—los problemas de comportamiento que se presentan en la escuela:

- Aplique las medidas del caso. Aún si el comportamiento en la escuela resultó en un castigo (tal como perderse el recreo), es apropiado que también aplique una medida punitiva en la casa (por ejemplo, un día sin salir a ninguna parte).
- Hable con su hijo de los comportamientos que son aceptables. Él está en contacto con una gran variedad de amigos, en muchas situaciones diferentes, pero todavía se aplican las reglas básicas del decoro: no golpear, no insultar, etc.
- Demuéstrele a su hijo que usted y su maestra forman un equipo. Póngase en contacto regular con la escuela para abordar temas de disciplina (pida informes semanales, si fuera necesario) y verifique que su hijo entienda que la indisciplina en la escuela, tal como la indisciplina en la casa, no será tolerada.

Solución de la vida real:

“Uno de los mejores consejos de disciplina que aprendí de una madre con niños mayores, es establecer la regla que la tele no se encenderá en días de escuela,” señala una madre de tres. “Ciertamente que a veces mis hijos se quejan, y me dicen que soy mala y que todos sus amigos ven televisión, pero yo les respondo que su niñez es corta y que quiero llegar a conocerlos bien.”

Dilema disciplinario #5: Peleas entre los hermanos.

Solución inteligente: ¿Sus hijos se pelean constantemente como perros y gatos? Peor todavía, ¿quisiera usted que se llevaran tan bien como los perros y gatos? A pesar de que es normal que exista una cierta rivalidad entre los hermanos (si bien es horrible), esto no es razón para que su casa se convierta en un campo de batalla. Para implantar un cese del fuego, pruebe estas estrategias:

- Asumiendo que no haya derramamiento de sangre, no tome muy seriamente las peleas de sus hijos. Si, usted debería intervenir si están fuera de control o si se están golpeando, pero si ellos están simplemente discutiendo, manténgase al margen.
- No tome partido si no está seguro de lo que pasó. Si ambas partes se están comportando como cascarrabias, mándelos a sus respectivas esquinas (o habitaciones) hasta que se calmen un poco.
- Elimine la causa de los problemas. ¿Acaso sus hijos se pelean por el programa de televisión que verán después de la cena? Imponga un periodo de una semana en el que no se verá televisión después de comer. Si esta medida temporal no los anima a comportarse mejor, establézcala de forma permanente.

Dilema disciplinario #6: Los quehaceres

Solución inteligente: Aunque usted no lo crea, la mayoría de los niños no nacen con la necesidad de pasar la aspiradora, darle de comer al gato o vaciar la máquina de lavar los platos. Aún así, ayudar en la casa es una manera importante de enseñarles responsabilidad a los chicos (y que se den cuenta que son una parte importante de la familia). Aquí le ofrecemos algunas ideas para que las crisis relacionadas con los quehaceres domésticos se mantengan a un mínimo:

- Fije un horario semanal para los quehaceres. Ya sea que se trate del sábado por la tarde o el domingo por la mañana, designe un día para que la familia aborde las tareas grandes—tales como limpiar el piso o desempolvar los muebles.
- Dele a su hijo responsabilidades serias, no simplemente cualquier cosa para mantenerlo ocupado. Deje que se dé cuenta que poner la mesa significa que la familia se podrá sentar a disfrutar de una comida. No le dé tareas sin sentido, que de otra manera nadie haría.
- Dé instrucciones claras. En lugar de decir, “Ordena tu habitación,” pruebe algo como “Pon la ropa sucia en su lugar, tiende la cama y guarda los libros en la repisa.” Una vez que él termine su tarea, no se la vuelva a hacer.



Dilema disciplinario #7: Réplicas insolentes

Solución inteligente: “No, no quiero, ¿por qué no guardas tú tus juguetes?” responde su hijo desdenosamente, imitando el tono serio que usted usó. Son las réplicas insolentes. Una vez se recupere del horror y se pregunte por qué razón decidió tener hijos, pruebe algunas de estas ideas para combatir el tan temido—pero tan común—problema de las réplicas insolentes:

- Dígame que lo que está haciendo está mal—“No es aceptable que me hables de esa manera”—antes de aplicar alguna otra medida como consecuencia de su acción.
- Después que le diga que lo que hizo no está bien (ver el punto arriba), no le preste atención hasta que cambie el tono. Si continúa siendo malcriado, considere mandarlo a su habitación: “Necesitas pasar algo de tiempo a solas para pensar en tu comportamiento.”
- Dele la oportunidad de pedir disculpas. Cuando las cosas se tranquilicen, hable con él de cómo debe expresarse mejor. Si realmente está arrepentido de la manera en que actuó, usará esta oportunidad para disculparse (que usted aprovechará para hablar de la cortesía).

Solución de la vida real:

“Lo primero que yo les digo a mis hijos es que tienen la madre más mala de todo el universo, y que tendrán que aprender a vivir con esa realidad,” bromea una mamá de cuatro niños. “Y la segunda cosa que les digo, una vez que están convencidos de ello, ¡es que los quiero a pesar de todo!”

Dilema disciplinario #8: A la hora de acostarse

Solución inteligente: Hace un par de años, el problema más difícil que tenía que enfrentar a la hora de acostarse era probablemente conseguir que su hijo durmiera toda la noche. Hoy por hoy, conseguir que su hijo se vaya a su habitación a una hora razonable es un enorme triunfo. Pero la falta de sueño es un asunto serio. Los estudios señalan que los niños que no descanzan lo suficiente se desempeñan mal en la escuela y tienen dificultades para concentrarse. Pruebe estos consejos para estar seguro que su hijo duerme lo suficiente:

- Dependá de las rutinas. Por las noches, haga todas las actividades en el mismo orden—tal como por ejemplo, “un bocadillo, el baño, un cuento y a la cama.” Una vez que la rutina se transforme en un hábito, su hijo será menos susceptible de resistirse a llevarla a cabo.
- Haga que su hijo se relaje antes de acostarse. Es bueno “desenchufarse” por lo menos una media hora antes de acostarse. La televisión y los videojuegos pueden sobreexcitar a un niño y hacer que le resulte difícil conciliar el sueño. En lugar de ello, dígame a su hijo que escuche música suave mientras lee.
- Sea flexible. Sí, mantener un horario fijo para acostarse es importante, pero también está bien cambiar un poquito las reglas de vez en cuando. Si usted permite que su hijo se quede despierto hasta más tarde en ocasiones especiales—cuando hay una visita en casa—estará previniendo un berrinche y una posible lucha de poderes.

Dilema disciplinario #9: Descuido e irresponsabilidad

Solución inteligente: ¿Acaso su hijo de cuarto grado ha dejado tantas veces la mochila en el autobús que está pensando pegársela al cuerpo permanentemente? Lo más probable es que se sienta afectado por uno de los males más comunes de la infancia: el descuido. Pero, ¿qué hacer sobre este hábito tan irritante? Lea los puntos a continuación:

- Haga que le resulte más fácil acordarse. Enséñele a su hijo a usar un gráfico, un calendario o una notita en la puerta del refrigerador para no olvidarse de los acontecimientos futuros. ¿Debe entregar su informe literario el 12? Pídale que lo marque con rojo en el calendario.
- Establezca rutinas “para combatir el olvido”, y recuérdale que se atenga a ellas (los expertos señalan que toma 21 días para que una cierta práctica se convierta en un hábito). Su rutina nocturna podría incluir darle una miradita al calendario familiar todas las noches después de la cena (ver el punto arriba).
- No le eche un salvavidas. Es muy bueno dejar que su hijo viva con las consecuencias de su descuido. Si hoy pasará hambre porque se olvidó el almuerzo otra vez, eso tal vez lo inspire a ser más responsable mañana.

Dilema disciplinario #10: Quejas y súplicas



Solución inteligente: Si usted creía que las quejas (y sus compañeras inseparables, las súplicas) eran un fenómeno propio de los niños pequeños y los preescolares, se equivoca. A veces, ese ruidito quejumbroso parece ser el lenguaje universal de la niñez. Pruebe estas ideas para que su casa esté libre de quejas tanto como sea posible:

- No ceda. Si su hijo suplica y se queja sistemáticamente, puede ser que se dé cuenta que es una técnica que funciona. Si obtiene lo que quiere después de lloriquear, mantendrá esta arma en su arsenal.
- Exprese claramente lo que espera. Si los mandados que tiene que hacer hoy harán que le resulte absolutamente imposible parar un ratito en el parque, dígaselo a su hijo antes de subirse al auto. "Hoy sólo vamos a ir al supermercado, pero mañana podríamos ir al parque."
- Ignórelas. Al igual que con las réplicas insolentes, con frecuencia lo mejor es ignorar las súplicas y lloriqueos. Si le presta atención, estará animando a su hijo a que continúe usándolas (lo que, a su vez, lo volverá loco).

Solución de la vida real:

"Nuestra regla disciplinaria básica es la de 'causa-efecto'," explica una madre de dos niños. "Por ejemplo, mi hijo sabe que antes de jugar con la computadora o ir a la casa de un amigo, debe hacer su tarea y sus quehaceres domésticos. Si no los ha terminado, no puede jugar."

Frases comunes para usar todos los días

¿Busca una manera fácil de fomentar el amor propio de su hijo y reforzar su buen comportamiento? Siga las sugerencias de la Asociación Nacional de Padres de Familia y Maestros y use algunas de estas frases por lo menos una vez al día:

- Gracias.
- ¡Tú sí puedes!
- ¿Cómo puedo ayudarte?
- ¡Buen trabajo!
- Te quiero mucho.

Consecuencias apropiadas

Un estudio realizado en el 2002 por el Centro Nacional para los Niños que Viven en la Pobreza dependiente de la Universidad de Columbia, señala que el niño que recibe frecuentes castigos físicos es más susceptible de reaccionar agresivamente y comportarse mal otra vez. En lugar de ello, pruebe estas consecuencias cuando su hijo se porte mal:

- "Tiempo muerto" o prohibición de salir de casa.
- Un aumento en los quehaceres domésticos.
- Pérdida de privilegios (por ejemplo, no usar la computadora o la patineta).
- Silencio. Si se usa de vez en cuando, el "trato silencioso" puede ser muy eficaz.
- *La mirada.* Aquella que le dice a su hijo que debe comportarse bien ya mismo.

Consecuencias naturales vs. consecuencias lógicas

Existen dos tipos de consecuencias, las naturales y las lógicas. Las consecuencias naturales son como castigos automáticos y no requieren que usted intervenga para nada. Por ejemplo, si su hijo deja la bicicleta afuera en la lluvia, la consecuencia será que ésta se oxidará (gracias, Madre Naturaleza).

Las consecuencias lógicas, por otro lado, son impuestas de afuera y deben estar relacionadas con la acción del niño. Si él ve un programa de televisión que usted había prohibido, la consecuencia lógica podría ser que pierda todos los privilegios de ver televisión durante una semana.

Use las consecuencias naturales toda vez que sea posible. Esto es, deje que su hijo observe (y tenga que soportar) los resultados de sus acciones. Él apreciará muy rápidamente el valor de ser concienzudo si usted se niega a auxiliarlo y rehúsa a llevarle la tarea a la escuela cuando se la olvida en casa.

Si necesita ayuda

¿El comportamiento de su hijo está fuera de control? ¿Está preocupado porque ya no puede disciplinarlo de manera eficaz? Si la respuesta es sí, ha llegado la hora de buscar ayuda. Empiece por aquí:

- Otros padres. Puede que usted sienta que es el único en el mundo con un problema disciplinario específico, pero lo más probable es que no lo sea.
- Su maestra, el director de la escuela o el consejero vocacional.
- Su pediatra o el médico de la familia.
- La biblioteca pública (que le podría proporcionar información sobre clases para padres u otros recursos en su comunidad).
- El departamento de salud pública del condado donde vive.

Para mayor información

“10 Alternatives to Spanking”

ParentSoup
www.parentsoup.com/print/0,,554700.html

American Academy of Pediatrics

847/434-4000
www.aap.org

Discipline the Brazelton Way

por T. Berry Brazelton, M.D., y Joshua D. Sparrow, M.D.
Da Capo Press
1-800-255-1514
www.dacapopress.com/

Go to Your Room!

por Shari Steelsmith
Parenting Press
1-800-992-6657
www.parentingpress.com

Family Almanac: Why Is This Boy a Chronic Liar?

por Marguerite Kelly
The Washington Post
www.washingtonpost.com

The Chore Challenge

por Mimi Greenwood Knight
Parents.com
www.parents.com

The Key to Homework Success

por Kathy Henderson,
Child.com
www.Child.com

The Parent Institute

1-800-756-5525
www.parent-institute.com

Words to Parent By

National PTA
1-800-307-4PTA
www.pta.org/parentinvolvement/parenttalk/pt_wordstoparentby.asp

Otras Guías para los Padres por The Parent Institute®

Juego sobre la familia y el hogar

10 maneras estupendas de enseñarles responsabilidad a los niños

25 maneras de usar las rutinas para el beneficio de su hijo y el suyo propio

52 maneras estupendas de pasar el tiempo en familia

Preparación para la escuela—Juego 1

Hitos en el desarrollo de los niños en edad escolar—¿Mi hijo está donde debería?

Prepare a su hijo para que aprenda a leer—Desde el nacimiento hasta los cinco años

Cómo seleccionar el mejor centro preescolar o guardería infantil para su hijo

Preparación para la escuela—Juego 2

Problemas disciplinarios comunes en los niños de edad preescolar—y cómo resolverlos

37 experiencias que los chicos deben tener antes de ingresar en la escuela

Prepárese para el Jardín de Infantes

Aprovechamiento en la escuela—Juego 1

Los años en la escuela primaria - los cimientos para desarrollar la lectura

Problemas disciplinarios comunes en los niños de primaria—y cómo resolverlos

31 Alternativas a la televisión y los videojuegos para su hijo de primaria

Aprovechamiento en la escuela—Juego 2

Ponga a su hijo en una posición de ventaja: los 10 mejores secretos de los maestros que los padres pueden usar

Cómo ayudar a los niños a rendir mejor en los exámenes

Ayudando a los niños a organizar sus tareas y trabajos escolares

Aprovechamiento en la escuela—Juego 3

Ayude a su hijo a desarrollar un buen estilo de aprendizaje

Cómo inculcar en su hijo las cualidades que lo llevarán al éxito

Siete maneras comprobadas de motivar a los chicos a rendir mejor en la escuela

Cuando hay problemas—Juego 1

Ayude a su hijo a lidiar con los peleones y la intimidación

Ayude a su hijo a lidiar con la presión de los amigos

Cómo ayudar a su estudiante con dificultades

Otros fascículos importantes

Problemas disciplinarios comunes en los adolescentes—y cómo resolverlos

Qué hacer si su hijo tiene Trastorno por déficit de atención (ADD) o Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (ADHD)

Problemas disciplinarios comunes en los chicos de intermedia—y cómo resolverlos

Asegure una cómoda transición a la escuela intermedia

Para mayor información acerca de éstos y otros materiales para ayudar a los padres a fomentar el aprendizaje de los hijos:

1-800-756-5525
www.parent-institute.com

