

Departamento de Seguridad de Niños

**PAUTAS DE DISCIPLINA**  
para los menores in cuidado fuera del hogar



**Libro de Recursos**



Lo siguiente es una variación de *Niños aprenden lo que viven* escrito por Dorothy Law Nolte.

Cuente cuántas veces menciona *aprender* y cuáles actitudes son aprendidos.

Si un niño vive con crítica  
Aprenda a condenar

Si una niña vive con hostilidad,  
Aprenda a pelear.

Si un niño vive con lástima,  
Aprenda a sentirse desgraciado.

Si una niña vive con mofa,  
Aprenda a ser tímida.

Si un niño vive con vergüenza,  
Aprenda a sentirse culpable.

Si una niña vive con tolerancia,  
Aprenda a ser paciente

Si un niño vive con aliento,  
Aprenda a tener confianza en sí mismo.

Si una niña vive con elogios,  
Aprenda a apreciar.

Si un niño vive con aprobación,  
Aprenda a amar.

Si una niña vive con consentimiento,  
Aprenda a querer a sí mismo.

Si un niño vive con reconocimiento,  
Aprenda que es buena tener metas.

Si una niña vive con honradez,  
Aprenda lo que es la verdad.

Si un niño vive con imparcialidad,  
Aprenda justicia.

Si una niña vive con seguridad,  
Aprenda a tener fe en sí mismo y aquellos a su alrededor.

Si un niño vive con amistad,  
Aprenda a encontrar amor en el mundo.



## CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>ANTECEDENTS .....</b>	<b>1</b>
<b>CASTIGO VS. DISCIPLINA .....</b>	<b>2</b>
<b>NORMAS.....</b>	<b>3</b>
Reglas específicas .....	3
Reglas razonables .....	3
Reglas posibles de hacerse cumplir .....	4
Reglas expresadas de manera positiva.....	4
Reglas necesarias .....	5
<b>METODOS ACEPTABLES DE DISCIPLINA .....</b>	<b>7</b>
Consecuencias naturales .....	7
Consecuencias lógicas .....	7
Consecuencias artificiales.....	8
Estímulo y elogio .....	9
Comunicación positiva .....	10
Escuchar activamente .....	11
Mensajes en primera persona.....	12
Incentivos, recompensas y motivaciones.....	12
Contratos.....	13
Cambio de dirección .....	14
Actuar el papel.....	14
Tiempo aparte .....	14
Eliminación de privilegios .....	15
<b>RESUMEN .....</b>	<b>16</b>



# **PAUTAS DE DISCIPLINA PARA LOS MENORES EN CUIDADO FUERA DEL HOGAR**

## **INTRODUCCIÓN**

Las destrezas que necesitan los padres hoy en día son muy distintas de las destrezas necesarias hace apenas veinte años. Ahora los menores están expuestos a sustancias narcóticas, alcohol, sexo, estrés, etc. de formas que nosotros durante nuestra niñez y adolescencia no tuvimos que enfrentar. Los menores colocados bajo crianza temporal hoy en día presentan problemas más serios que en el pasado, por consiguiente los padres de crianza temporal necesitan mayores destrezas. Con frecuencia estos menores tienen patrones inadecuados de conducta que se han aprendido y reforzado durante años. Aun cuando se usen destrezas adecuadas con ellos, puede pasar mucho tiempo antes de verse cambios en la conducta.

1. Reflexione sobre cómo lo disciplinaban a usted cuando era un menor.
  - a. ¿Cómo se sentía usted cuando le disciplinaban cuando era menor?
  - b. ¿Qué ha influido en su estilo de ejecutar su papel de padre o madre?
  - c. ¿Cómo disciplina usted a sus menores de maneras que son diferentes a como le disciplinaban a usted?

## **ANTECEDENTS**

La mayoría de los menores bajo el programa de crianza temporal han tenido experiencias con patrones inapropiados de castigos, abuso y/o violencia en sus familias. Por consiguiente los asuntos relacionados con el castigo a menudo se les confunden a estos menores. Los menores bajo crianza temporal muchas veces asocian los castigos con varios temas como la atención, el poder, la venganza, el control, la pérdida de la estima propia y el dolor/amor.

Muchos padres sustitutos han tenido mucha experiencia en criar a los menores, así los suyos propios como menores bajo crianza temporal. Sin embargo, cuando se trabaja con los menores en crianza temporal, existen reglamentos establecidos con respecto a las técnicas de disciplina. DCS ha establecido estos reglamentos porque la agencia es responsable por el bienestar de estos menores y tiene derecho a crear normas en lo tocante a ellos. Muchos menores bajo crianza temporal han sido sometidos a castigos crueles y extremos y reaccionarán de manera excesiva a cualquier tipo de castigo, mientras que otros no reaccionarán a menos que sea extremo y abusivo. Como padres sustitutos tal vez no conozcamos todo el trasfondo de los menores en nuestros hogares, por consiguiente tenemos que ser sensibles y cuidadosos.

Si usted con sus propios menores regularmente usa métodos de disciplina que difieren de la filosofía del DCS según expresada en el *Pautas de Disciplina*, es probable que surjan problemas.

Si usted le pega a su menor de tres años y esta técnica no es adecuada para usarse con un niño bajo crianza temporal, puede crear resentimiento, ira y revalidad entre los menores. Las técnicas descritas en el *Pautas de Disciplina* han probado ser efectivas para ayudar a todos los menores a controlar su propio comportamientos, y contribuir a un ambiente de mayor armonía en la familia. Por lo tanto le recomendamos que ponga en efecto estas técnicas con toda su familia.

1. ¿Por qué a los menores bajo crianza temporal se les podría hacer difícil confiar en los adultos y sentirse que los quieren?

## **CASTIGO VS. DISCIPLINA**

Castigo implica amenaza o uso de poder y/o miedo para cambiar una conducta inapropiada. El castigo se basa en fuerzas externas.

Disciplina es un proceso educativo mediante el cual el menor aprende a desarrollar y mantener autocontrol, auto-confianza, autoestima y la conducta disciplinada necesarios para asumir responsabilidades, tomar decisiones en la vida diaria y vivir conforme con normas aceptadas de conducta social. En otras palabras nuestra meta no es controlar, sino promover el autocontrol.

Queremos que los menores sean cooperadores y sepan dirigirse a sí mismos, pero cuántas veces oímos a los padres decir cosas así: “¿Pero es que nunca escuchas?” “¿Te dije que no hicieras eso!” “Estoy ocupada, déjame en paz.” Declaraciones como estas no hacen que los menores se sientan bien, o con ganas de cooperar. Aun cuando como adultos, nuestra autoestima se ve afectada cuando la gente nos desanime, nos humillan, o nos ignoran.

Imagínese a sí mismo(a) en la situación siguiente, como una manera de identificarse con cómo podría sentirse un menor.

1. Usted lleva tres días en su trabajo nuevo. No está seguro de si está llenando correctamente un formulario, aunque ya alguien le había explicado cómo hacerlo. Cómo se siente usted si:
  - a. Usted le pregunta a su jefe y él le dice, “Estoy demasiado ocupado, déjeme tranquilo.”
  - b. Usted le pregunta a la persona quien trabaja en el escritorio al lado, y ella le dice, “Ya le explicamos cómo hacer esto, tal vez usted no puede hacer este trabajo.”
  - c. Usted le pregunta a la persona más próxima a usted, y ella le dice, “Cuando yo era nueva, me tomó una eternidad aprender a hacer eso bien. Vamos a repasarlo.”
  - d. Usted le pregunta a su jefe y él le dice, “¿Cómo puedo ayudarle?”

## **NORMAS**

Los menores bajo crianza temporal habrán de recibir disciplina, no castigos. Las técnicas disciplinarias ayudan al menor a desarrollar y mantener autocontrol, auto-confianza, autoestima y conducta disciplinada. El propósito de la disciplina es educar. Los menores tienen la capacidad de aprender de sus propios errores en un ambiente seguro.

Los padres de crianza temporal deberán desarrollar reglas para fijar los límites de lo que es conducta aceptable en la familia. Estas reglas se explicarán claramente y se emplearán adecuadamente a base de las experiencias pasadas, la personalidad y la edad de cada menor en la familia.

El propósito de una regla es crear un ambiente estable, seguro y más cómodo. Este enfoque va más allá del mero control de la conducta. Hay cinco factores que tomar en cuenta cuando se desarrollan reglas. Las reglas tienen que ser:

- específicas;
- razonables;
- posibles de hacerse cumplir;
- expresadas de manera positiva; y
- necesaria.

### **Reglas específicas**

Las reglas son *específicas* cuando se expresan de una manera que comunica exactamente lo que se espera. En otras palabras, tanto usted como el menor sabrán cuándo se rompe una regla. Una regla bien específica no deja ninguna posibilidad para interpretaciones equivocadas. Imponer límites de tiempo puede ayudar a que la regla sea más específica.

1. ¿Cuál es la regla específica?
  - a. Las recamaras se habrán de limpiar minuciosamente una vez cada semana.
  - b. Las recamaras se habrán de limpiar todos los sábados antes de las 10 de la mañana. Lista de cotejo:
    - Ü camas hechas
    - Ü toda la ropa sucia en el canasta para ropa sucia
    - Ü todos los muebles brillados y limpios de polvo
    - Ü alfombras limpiadas con aspiradora
    - Ü todos los juguetes colocados en la caja para juguetes
2. Escriba una regla que sea específica acerca de limpiar el cuarto de baño.

### **Reglas razonables**

Las reglas que son buenas también son razonables. ¿Puede el menor conformarse con la regla? ¿La regla se refiere a conducta que el menor puede controlar? La regla en 1.b anterior es sumamente específica, pero no es razonable para un menor de tres años. Una regla más razonable

para un menor así de pequeño sería, “Toda la ropa sucia en el canasto para ropa sucia,” y/o “Todos los juguetes en la caja para juguetes.”

1. ¿Cuál regla es más razonable para un menor de 12 años?
  - a. Tienes que estudiar durante una hora todas las noches en todos los días de clases.
  - b. Tienes que sacar “A” en todas las materias en tu próxima tarjeta de evaluación.
2. Escriba una regla sobre ayudar en la cocina que sea razonable para un menor de seis años.

### **Reglas posibles de hacerse cumplir**

Las reglas no tienen valor si no se pueden hacer cumplir. Todas las reglas se pueden romper. ¡La mayoría se romperá! Una buena pregunta para hacerse a sí mismo(a) es: ¿Sabré, sin tener que depender del testimonio de otras personas, cuándo se ha roto esta regla? En otras palabras, ¿puede el padre o la madre supervisar esta conducta?

1. ¿Cuál de estas reglas es posible de hacerse cumplir?
  - a. Más nunca puedes relacionarte con Lisa.
  - b. No puedes traer a Lisa a nuestra casa.
2. Escriba de nuevo las reglas siguientes para hacerlas posibles de cumplir:
  - a. No puedes usar el teléfono para una semana.
  - b. No puedes comer chocolate.

### **Reglas expresadas de manera positiva**

Como ya se dijo, es muy importante que se enfatizar lo positivo en todo momento, y esto lo podemos lograr cuando establecemos reglas. Al establecer reglas, indique la conducta que quiere ver, en lugar de la conducta que no quiere ver.

1. Escriba de nuevo las reglas siguientes con una expresión positiva.
  - a. La ropa sucia no deben estar en el suelo.
  - b. No dejes la puerta abierta.
  - c. No llegues a casa después de la medianoche.
  - d. Nunca te vayas de aquí sin decirle a alguien a dónde vas.

## Reglas necesarias

Las reglas deberían hacerle la vida más fácil, no más difícil, a usted. Todo se le facilitará si sus reglas son específicas, posibles de hacerse cumplir, razonables, expresadas de manera positiva y tan pocas como sea posible. La regla debe dejar al menor a cargo de escoger las opciones en lugar de imponerle al padre/madre una situación donde tiene que constantemente supervisar que se cumplen las reglas.

La constancia es un factor muy importante en todas relaciones entre adultos y menores. Unas pocas reglas bien pensadas pueden ayudarle a usted a ser más consecuente, porque es más fácil hacer cumplir pocas reglas que muchas. Demasiadas reglas pueden complicarles la vida a todos. Las reglas deben estar asociadas con aquellas cosas que representan prioridades verdaderas para su familia, y deben dejarles la responsabilidad a los menores, no a los padres. Concéntrese en esas pocas reglas vitales.

1. Indique si usted siente que estas conductas son rojas (peligrosas, destructivas o ilegales, y que tienen que terminar) amarillas (tienen consecuencias negativas bajo ciertas circunstancias) o verdes (donde los menores pueden aprender mediante las consecuencias naturales o el ejemplo).

\_\_\_\_\_ Usar lenguaje obsceno

\_\_\_\_\_ Tomar sin permiso cosas que le pertenecen a otra persona

\_\_\_\_\_ Fumar dentro de la casa

\_\_\_\_\_ No decirle a nadie dónde va a estar

\_\_\_\_\_ Dejar la cama sin hacer

\_\_\_\_\_ No sacar la basura

\_\_\_\_\_ No hacer las tareas escolares

Será necesario establecer reglas relacionadas con las conductas que usted identificó como rojas o amarillas. Esta es una manera de identificar las reglas que sean necesarias en su familia.

## Revisión de las reglas

Veamos algunas de las reglas que tiene su familia.

1. Escriba tres de las reglas que hay en su hogar:
  - a. \_\_\_\_\_
  - b. \_\_\_\_\_
  - c. \_\_\_\_\_

2. Desarrollar consecuencias que son justas, razonables, consecuentes y apropiadas para la edad o el nivel de desarrollo del menor, relacionadas a la ofensa para imponer estas reglas. Se comunicará estas consecuencias a cada menor.

Al hablar de consecuencias, recalcaremos la edad y el nivel de desarrollo del menor como factores cuando se desarrollan consecuencias. Este aspecto tiene que considerarse cuidadosamente cuando desarrollar alguna técnica o práctica. Algunos los menores pueden funcionar de desarrollo por debajo su edad cronológica, y esto tiene que tomarse en cuenta cuando se desarrollan las consecuencias.

3. Comunicarle con los miembros del equipo cualesquiera inquietudes o dificultades relacionadas con la administración de disciplina a un menor bajo crianza temporal, para presentar ideas y/o planes constructivos y llegar a un acuerdo con respecto a éstos.

Si otro profesional le ofrece consejos contrarios al reglamento, llame a la especialista de licenciación para hablar acerca de ello. Por ejemplo, si un terapeuta, psicólogo, maestro, administrador de caso, etc. le sugiere que le pegue al menor o le encierre en su habitación, usted debe hablar de esto con el trabajador quien otorga la licencia y con el administrador y el Especialista en Seguridad de Niños.

4. ¿A quiénes podría usted usar como recurso si tuviese inquietudes o dificultades relacionadas con la administración de disciplina a un menor temporal?
5. ¿Cuáles conductas podrían inquietarle? ¿Con quién se comunicaría usted en cada caso?
  - a. ¿en menores de edad preescolar?
  - b. ¿en menores de edad escolar?
  - c. ¿en adolescentes?

## **METODOS ACEPTABLES DE DISCIPLINA**

La disciplina debe administrarse de manera que ayude al menor a desarrollar autocontrol y asumir responsabilidad por su propia conducta. Cada menor responderá a los métodos diferentes a base de su edad, personalidad y experiencias vitales.

Algunas de las técnicas disciplinarias que revisaremos pueden ser nuevas para usted. Es normal sentirse desconcertado o incómodo al aprender técnicas nuevas. Según las vaya practicando, se irá acostumbrando a ellas y pasarán a ser parte de su rutina. Los ejemplos usados para ilustrar las técnicas diversas fueron diseñados como instrumentos para aprendizaje, y no necesariamente reflejan la gama o la severidad de las conductas que pueden manifestarse en su hogar.

Cuando usted enfrenta mala conducta que siente que tiene que cambiarse, primero hágase las preguntas siguientes:

- a. ¿Qué podría causar esta conducta?
- b. ¿Por qué me molesta?
- c. ¿Cuáles son las consecuencias a largo plazo?
- d. ¿Qué puedo hacer a corto plazo?

Si después de haberse hecho las cuatro preguntas, usted decide que algo tiene que hacerse, uno de los métodos siguientes puede ser de utilidad, dependiendo del menor individual y la conducta inapropiada particular.

### **Consecuencias naturales**

No intervenir, para así permitir que el menor aprenda por experiencia los resultados de su conducta. Si Susana olvida llevarse el guante para jugar pelota, no podrá competir para entrar en el equipo.

Consecuencias naturales son las que ocurren sin intervención de los padres. Ya que no se requiere su intervención convendría considerar, siempre cuando sea posible, permitirse que ocurran estas consecuencias para que influyan en la conducta inapropiada. Sin embargo hay ocasiones en que no queremos esperar que ocurran las consecuencias naturales. Por ejemplo, si las consecuencias naturales son peligrosas o dañinas para el menor (un carro podría golpear al niño que juega en la calle), tomarían demasiado tiempo (la bicicleta que dejó afuera se está oxidando) o al menor no le importa (cuán sucia pueda estar su habitación). Entonces si queremos intervenir, podemos considerar las consecuencias lógicas.

### **Consecuencias lógicas**

Imponer consecuencias que se relacionen lo más directamente posible con la conducta inapropiada. Si Juan rompió la ventana, puede hacer tareas adicionales para ganar el dinero necesario para una ventana nueva. Consecuencias lógicas son las establecidas por los padres y que tienen relación directa con la conducta. La asociación lógica entre la conducta y la consecuencia tiene que serle aparente al menor para que sea efectiva.

## Consecuencias artificiales

Las consecuencias artificiales se establecen por los padres, pero no tienen ninguna asociación específica a la conducta. Aquí se trata de que el padre/madre quiera que cambie la conducta.

Identifique las consecuencias de cada conducta:

<i>Conducta</i>	<i>Natural</i>	<i>Lógica</i>	<i>Artificial</i>
Dejar la bicicleta en el patio			
Olvidar el almuerzo			
Jugar en la calle			
Robar dulces de una tienda			
No limpiar su habitación			
Terminar las tareas a tiempo			
Romper el control remoto para la TV			

Siempre cuando la consecuencia natural sea apropiada, ¡úsela! No requiere intervención del padre/madre, y le da al menor una oportunidad de aprender. Si las consecuencias naturales son peligrosas o tomarían demasiado tiempo para surtir efecto, y tiene que modificarse la conducta entonces utilice las consecuencias lógicas como medio de aprendizaje. Solamente entonces, si tanto las consecuencias naturales como las lógicas son impropias y todavía es importante cambiar la conducta, debe considerar consecuencias artificiales. Mediante el uso de consecuencias naturales, lógicas y artificiales el menor aprende qué son consecuencias, y cómo tomar decisiones en vista de las consecuencias.

A veces puede haber una distinción mínima entre un castigo y una consecuencia lógica. Un tono desapasionado de voz, una actitud positiva y una buena voluntad para aceptar la decisión del menor son características esenciales de las consecuencias lógicas. No importa cuán lógica le perezca a usted alguna medida, será punitiva si su tono de voz es áspero, su actitud dominante y sus exigencias absolutas.

## **CONSECUENCIAS TOMAN TIEMPO. LA PRACTICA Y LA PACIENCIA CONDUCEN AL PROGRESO.**

Los errores deben verse como oportunidades de aprendizaje. Enseñe a los menores a aprender de sus errores, en vez de sufrir a causa de éstos. Esto se puede lograr si se hacen las preguntas acertadas:

- ¿Qué hiciste?
- ¿Qué pasó después?
- ¿Qué podría haber hecho de otro modo?
- ¿Estás dispuesto a tratar eso la próxima vez?

Esta secuencia de preguntas ayuda al joven a enfocar en la conducta y a investigar alternativas posibles. Es muy importante que usted guíe los pensamientos de su niño, pero sin pensar por él o ella.

## **Estímulo y elogio**

Identificar conductas y fortalezas específicas para estimular al menor a desarrollar y aumentar autoestima. “¡Ese modelo de automóvil es extraordinario! Me gusta el color que escogiste. ¡Debes sentirte muy orgulloso de tu trabajo!”

Las palabras de elogio y estímulo deben:

- a. Indicarle al niño que usted le aprecia y acepta.
- b. Le ama al menor por quien es, no por lo que haga.
- c. Señalar hacia los aspectos positivos de la conducta de él o ella.
- d. Demostrar fe, confianza y creencia en las habilidades y los juicios del niño.
- e. Reconocer los esfuerzos y las mejoras.
- f. Demostrar aprecio por sus contribuciones.

Usted tiene este método a mano en todo momento, y debe usarlo con frecuencia para moldear la conducta. Toma el mínimo de tiempo y esfuerzo comparado con otros métodos, y es sumamente eficaz.

En nuestras comunicaciones con los menores debemos esmerarnos por distinguir entre el hecho y el hacedor. Las sugerencias siguientes pueden ser útiles:

### **Un buen manejo de las palabras**

- a. **Elogio descriptivo:**  
Eres muy eficaz para...  
Me gusta la manera en que tú...
- b. **Frases que demuestran confianza:**  
Estoy segura que puedes solucionar esto por cuenta tuya, pero si necesitas ayuda, sabes dónde encontrarme.  
Conociéndote, sé que vas a salir bien...  
Yo creo que lo puedes hacer.  
Si sigues trabajando en eso, te va a resultar.
- c. **Frases que muestran aprecio:**  
Gracias, eso me ayudó mucho.  
Fue muy considerado de tu parte que...  
Nos puedes ayudar si...
- d. **Frases que demuestran fortalezas y mejoras:**  
Parece que trabajaste fuerte en...  
Has mejorado de verdad en cuanto a...  
Fíjate cuánto has progresado en...

e. **Comentarios correctivos:**

Te queremos, pero no nos gusta lo que hiciste.

Así que cometiste un error (*te metiste en un lío*); ¿Qué puedes hacer al respecto?

Si no estás satisfecho, ¿qué podrías hacer de manera diferente?

f. **Palabras acerca de sentimientos:**

Suena que te sientes...

Entiendo cómo te sientes, pero sé que lo puedes manejar.

¿Cómo te sientes acerca de esto?

g. **Frases liberadores:**

Si quieres.

Si eso es lo que en verdad deseas.

Eso lo puedes decidir por tu cuenta.

La selección es completamente tuya.

Cualquier cosa que decidas está bien.

h. **Frases receptivas:**

Me gustaría saber tu opinión acerca de... ¿Te gustaría hablar a cerca de ello?

Parece que esto es importante para ti...

Tú tienes el derecho de expresar tus ideas (*sentimientos*).

Preste atención y reconozca a los menores cuando actúan cooperadores, serviciales, etc.

Escriba tres adjetivos positivos que le describen a usted:

a. \_\_\_\_\_

b. \_\_\_\_\_

c. \_\_\_\_\_

**Comunicación positiva**

Usar términos positivos para describir lo que usted quiere, en vez de lo que no quiere. “Cerca de la piscina debes andar,” en vez de “¡Deja de estar corriendo!”

1. Cambie las siguientes frases de negativas a positivas:

a. No puedes jugar con tus amigos hasta que no hayas sacado la basura.

\_\_\_\_\_

b. Todas tus tareas tienen que estar terminadas esta semana o no puedes ir al cine con la familia.

\_\_\_\_\_

## Escuchar activamente

Es comprender lo que se escucha, y luego aclarar lo dicho y responder al sentimiento expresado. “Parece que el maestro te regaña de verdad en la clase; te debes haber sentido bien avergonzado por eso.”

Ejemplos de Escuchar activamente:

Menor: *(llorando)* Jaime me quitó el camión.

Padre: Es sí que te hace sentir bien mal. No te gusta cuando él hace eso.

Menor: ¡Verdad!

Menor: Papá, cuando tú eras muchacho, ¿qué te gustaba de las niñas? ¿Qué cosas más te atraían en ellas?

Padre: Parece que estás preguntándote qué hacer para gustarle a los muchachos, ¿qué no?

Menor: ¡Sí! Por alguna razón parece que no les gusto, y yo no sé por qué.

Escuche activamente y responda a las frases siguientes:

Menor: ¡Odio la escuela y más nunca voy a ir!

Padre: \_\_\_\_\_

Menor: ¡Tú no eres mi mamá, yo no tengo que hacer lo que tú me dices!

Padre: \_\_\_\_\_

Si usted escucha activamente y descubre que el menor tiene un problema y está dispuesto a hablar sobre el mismo, usa los siguientes pasos de resolución de problemas para animar al menor a desarrollar un plan de acción:

1. Escuche activamente para aclarar el problema.
2. Explora las alternativas a través de intercambio de ideas con el menor. Identifique el mayor número de soluciones posibles que puedas. *¿Deberíamos investigar algunas de las cosas que podrías hacer en cuanto a esto?*
  - a. Ayude al menor a escoger una solución. *¿Cuál es la mejor idea en tu opinión?*
  - b. Hable acerca de los posibles resultados de la decisión. *¿Qué crees tú que irá a pasar si haces eso?*
  - c. Obtenga un compromiso. *¿Qué decidiste hacer?*
3. Si el problema particular necesita evaluación, conceda o planifique tiempo para ello. *Siempre que quieras hablar sobre esto, yo estoy aquí para escucharte.*

Reconozca que una persona molesta enfrenta conflictos internos. Una persona molesta no sabe escuchar bien. A veces es conveniente esperar un poco antes de hablar del tema.

## **Mensajes en primera persona**

Emplear el pronombre “yo” en las comunicaciones: “Yo me siento preocupada y molesta cuando no sé dónde están mis menores.”

Los mensajes en primera persona incluyen los siguientes pasos:

1. Describa la conducta (sin echar la culpa) — *Cuando peleas con tu hermano...*
  - a. Diga cómo se siente — *Me enfado*
  - b. Afirmar las consecuencias — *Porque uno de ustedes podría lastimarse.*
2. Esto incluye el patrón siguiente:
  - a. Conducta — *Cuando tú...*
  - b. Sentimiento — *Me siento...*
  - c. Consecuencia — *porque...*

¿Qué tipo de mensaje en primera persona podría usted usar en las situaciones siguientes?

1. Usted acabó de lavar su automóvil. El niño, con las manos sucias de lodo hace un dibujo en el automóvil.
2. El niño se olvida de darle comida al perro.
3. El niño regresa a su casa de la casa de un amigo una hora más tarde de lo que habían acordado.

## **Incentivos, recompensas y motivaciones**

Estos incluyen incentivos a corto plazo que ayudarán al menor a enfocar en la conducta deseada. Si él o ella termina todas sus tareas en la “lista de tareas” para esa semana, el sábado puede salir a comer helado. (Mientras más joven el menor, más corto deberá ser el tiempo transcurrido entre la acción y la recompensa o el incentivo.)

Este es un método para las etapas iniciales, y no deberá continuar por periodos largos de tiempo. Para que los incentivos mantengan su efectividad, tienen que cambiarse con frecuencia. Es necesario que el padre/madre esté pendiente y disminuya o elimine los incentivos en la misma medida en que la conducta apropiada se vaya tornando en hábito. Los incentivos deben ofrecerse con mucho refuerzo verbal acerca de la conducta apropiada. Con el tiempo, esos refuerzos verbales combinados con los refuerzos verbales internos del niño sustentarán la conducta. Es importante involucrar al niño en la decisión de qué constituye un incentivo para él o ella.

## **Contratos**

Es el negociar con el menor para crear un acuerdo mutuo escrito que ofrezca incentivos que ayuden al menor a enfocar en la conducta deseada. Esto es especialmente apropiado al tratarse de menores mayores: si Tomás obtiene un grado de por lo menos “C” en todos sus cursos escolares, el semestre próximo tendrá más tiempo libre para recreación.

Los contratos conductuales ayudan a los jóvenes a desarrollar metas concretas posibles de alcanzar. Los contratos les motivan, y también sirven como puntos de referencia para medir el progreso. Tal vez ayude involucrar al administrador(a) del caso como mediador durante el desarrollo de un contrato entre los padres temporales y el (la) joven.

Cuando se formula un contrato diseñado a producir cambios en la conducta, tienen que seguirse los pasos siguientes:

1. Seleccione una o dos conductas que usted quiere manejar primero.
2. Describa esas conductas para que se puedan observar y evaluar.
3. Identifique incentivos que servirán como motivación para esmerarse.
4. Consiga personas quienes puedan ayudarle a observar esas conductas seleccionadas, y quienes tal vez puedan ofrecer los incentivos.
5. Escriba el contrato de manera que todos lo entiendan.
6. Colecte datos.
7. Si los datos no muestran evidencia de mejoramiento, investigue el sistema para descubrir errores.
8. Escriba el contrato nuevamente (sin importar si los datos muestran mejoramiento o no).
9. Continúe la supervisión, la localización y solución de problemas y la revisión del contrato hasta que las conductas difíciles hayan mejorado.
10. Seleccione otra conducta que quiere manejar.

Cuando se escriba el contrato se deben incluir los siguientes puntos:

1. La fecha cuando comienza, termina o se negocia nuevamente el acuerdo.
2. La conducta(s) que se intenta cambiar.
3. La cantidad y el tipo de refuerzos a usarse.
4. Un plan de uso de los refuerzos.
5. Las firmas de todas las personas involucradas.
6. Un plan para revisión del progreso.

Y estos temas opcionales pero fuertemente sugeridas:

7. Una cláusula para un bono especial por una ejecución sostenida o excepcional.
8. Una declaración de las penalidades que se impondrán si la conducta especificada no se lleva a cabo.

## **Cambio de dirección**

Significa el sustituir una conducta no aceptable por una que sea aceptable. "Carolina, no puedes jugar con el tocadiscos de Roberto, pero acompáñame a buscar tus lápices de colores y papel para que puedes dibujar."

Muchos menores temporales tienen sentimientos de ira, y si la manera en que manifiestan esos sentimientos no es apropiada, será necesario que usted les dirija hacia una conducta que constituya una manera apropiada de expresar esos sentimientos.

1. ¿De cuáles formas aceptables pueden los menores en su familia expresar sus sentimientos de ira?
2. Completa las oraciones siguientes para redirigir a un menor:
  - a. En esta familia, no es aceptable pegarle a los demás, pero puedes:
  
  - b. No permitimos que tires cosas dentro de la casa, pero puedes:

## **Actuar el papel**

Demostrar mediante el ejemplo la conducta que el padre/madre espera del menor. Si una demuestra respeto por la propiedad y la vida privada del niño, él o ella aprenderá a respetar la propiedad y la vida privada de los demás.

Conteste las preguntas siguientes:

1. Como padre/madre, ¿cómo puede usted demostrar mediante el ejemplo el concepto de compartir?
2. ¿Cómo puede usted demostrar el hablarle amistosamente a los demás?
3. ¿Cómo puede usted demostrar sinceridad?

## **Tiempo aparte**

Remover al menor de la situación (generalmente uno o dos minutos por cada año de edad del niño). Una silla o un lugar específico en la habitación deberán señalarse al niño como el sitio para su tiempo aparte.

Este método puede sentirse como castigo si la actitud es punitiva. Debe permanecer calmado y firme al emplear el tiempo aparte. Este método no funciona con todos los menores y debe usarse con cautela, sin abusar del mismo.

El uso del tiempo aparte por sí solo no funcionará por mucho tiempo. Se habrá de usar otros métodos simultáneos, como observación de las causas de la conducta que requiere tiempo aparte y creación de un plan relacionado a esto, reconocimiento de cuando el menor se comporta de la manera apropiada, etc.

### **Eliminación de privilegios**

El niño pierde un privilegio que se relaciona con la conducta inaceptable. El privilegio no deberá eliminarse por mucho tiempo. Según lo que sea importante para el menor específico, podría prohibírsele el uso del teléfono, tiempo con sus amistades o de ver televisión, etc.

Su actitud también es importante aquí. **La intención es enseñar no castigar.** Si la eliminación de los privilegios hace al niño sentirse atrapado, se pierde el efecto. Igualmente se pierde el efecto si el padre/madre está atrapado por tener que supervisar la eliminación de los privilegios, como cuando se prohíbe al menor salir de la casa.

Responda a las situaciones siguientes:

1. El menor ha violado una regla de su hogar cuya consecuencia es no ver televisión durante algún rato.
  - a. ¿Cuánto tiempo sería apropiado para un menor de cinco años?
  - b. ¿Cuánto tiempo para un menor de diez años?
  
2. La consecuencia para el menor es no poder estar con sus amigos.
  - a. ¿Cuánto tiempo sería apropiado para un menor de seis años?
  - b. ¿Cuánto tiempo para un menor de diez años?
  - c. ¿Cuánto tiempo para un menor de quince años?

## RESUMEN

Decida cuáles métodos de disciplina podrían ser efectivos en las situaciones siguiente:

1. Tomás, de nueve años, derrama todo el champú por el desagadero al bañarse.  
*Métodos posibles:*
2. Javier, de cuatro años pega o muerde a los demás menores de cualquier edad cuando quiere imponer su propia voluntad.  
*Métodos posibles:*
3. Usted entra en la habitación de su hija de cinco años y encuentra a su hijo temporal de diez años con la mano dentro de la ropa interior de ella.  
*Métodos posibles:*
4. Adela de doce años repetidamente miente acerca de haber hecho sus tareas escolares, y su maestro le llama a usted con regularidad.  
*Métodos posibles:*
5. Cristóbal, de quince años, tira cosas y da patadas cuando se enoja. Hasta ahora, la puerta tiene un boquete y hay una ventana rota.  
*Métodos posibles:*





## **Arizona Department of Child Safety**

Programa y Empleador con Igualdad de Oportunidades • Bajo los Títulos VI y VII de la Ley de los Derechos Civiles de 1964 (Títulos VI y VII) y la Ley de Estadounidenses con Discapacidades de 1990 (ADA por sus siglas en inglés), Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973, Ley contra la Discriminación por Edad de 1975 y el Título II de la Ley contra la Discriminación por Información Genética (GINA por sus siglas en inglés) de 2008; el Departamento prohíbe la discriminación en la admisión, programas, servicios, actividades o empleo basado en raza, color, religión, sexo, origen, edad, discapacidad, genética y represalias. El Departamento tiene que hacer las adaptaciones razonables para permitir que una persona con una discapacidad participe en un programa, servicio o actividad. Esto significa por ejemplo que, si es necesario, el Departamento tiene que proporcionar intérpretes de lenguaje de señas para personas sordas, un establecimiento con acceso para sillas de ruedas o material con letras grandes. También significa que el Departamento tomará cualquier otra medida razonable que le permita a usted entender y participar en un programa o en una actividad, incluso efectuar cambios razonables en la actividad. Si usted cree que su discapacidad le impedirá entender o participar en un programa o actividad, por favor infórmenos lo antes posible de lo que usted necesita para acomodar su discapacidad. Para obtener este documento en otro formato u obtener información adicional sobre esta política, comuníquese con la oficina local; Servicios de TTY/TDD: 7-1-1. • Ayuda gratuita con traducciones relacionadas a los servicios del Departamento está disponible a solicitud del cliente • Available in English at the local office.