

## En vez de Zurrar ("Spanking")



### Los Hechos

La zurra continúa siendo una forma aceptable de disciplinar porque muchos padres creen que la zurra parará la mala conducta rápidamente, entrenará a los niños a hacer cosas que no están prohibidas, y les enseñará a escuchar.

Aunque la zurra puede aliviar la frustración momentáneamente, la investigación ha demostrado que los padres que dan una zurra a sus niños les enseñan que la agresión y la violencia son formas aceptables de resolver los problemas. Adicionalmente, los investigadores han encontrado que los niños que son zurrados tienden a experimentar más depresión, baja autoestima, y aceptan como adultos trabajos de bajo nivel de pago.

### Alternativas a la Zurra

Los padres a menudo recurren a la zurra porque no conocen otras estrategias para cambiar el comportamiento indeseable de los niños. A continuación se incluyen algunas alternativas efectivas:

#### Redirija a los infantes

Los infantes responden impulsivamente a muchas situaciones sin un entendimiento real de sus capacidades y alrededores. La zurra causa temor y ansiedad en los niños jóvenes. Estos no son capaces de entender los conceptos complejos como las consecuencias y el peligro.

1. Estructure su hogar a prueba de niños. Ponga todos los azares/peligros potenciales, tales como suministros de limpieza y materiales rompibles fuera de alcance.
2. Cuando el peligro esté presente, agarre la mano del infante en vez de abofetear.
3. Si un infante está sosteniendo algo que usted no quiere que él tenga, intercámbielo por un juguete.

#### Cálmese

Si usted se vuelve rabioso y siente que quiere dar una palmada a su niño, apártese si puede. Cálmese y des un tiempo para pensar las alternativas al problema. Los padres a menudo la pierden cuando están bajo tensión nerviosa. Si usted no puede abandonar la situación mentalmente devuélvase y cuente hasta diez.

#### Tómese el tiempo para usted mismo

Los padres son más aptos a infringir zurras cuando se sienten agotados y apresurados. Es importante para los padres programar el tiempo para ellos mismos.

## En vez de Zurrar ("Spanking")



### Los Hechos

La zurra continúa siendo una forma aceptable de disciplinar porque muchos padres creen que la zurra parará la mala conducta rápidamente, entrenará a los niños a hacer cosas que no están prohibidas, y les enseñará a escuchar.

Aunque la zurra puede aliviar la frustración momentáneamente, la investigación ha demostrado que los padres que dan una zurra a sus niños les enseñan que la agresión y la violencia son formas aceptables de resolver los problemas. Adicionalmente, los investigadores han encontrado que los niños que son zurrados tienden a experimentar más depresión, baja autoestima, y aceptan como adultos trabajos de bajo nivel de pago.

### Alternativas a la Zurra

Los padres a menudo recurren a la zurra porque no conocen otras estrategias para cambiar el comportamiento indeseable de los niños. A continuación se incluyen algunas alternativas efectivas:

#### Redirija a los infantes

Los infantes responden impulsivamente a muchas situaciones sin un entendimiento real de sus capacidades y alrededores. La zurra causa temor y ansiedad en los niños jóvenes. Estos no son capaces de entender los conceptos complejos como las consecuencias y el peligro.

1. Estructure su hogar a prueba de niños. Ponga todos los azares/peligros potenciales, tales como suministros de limpieza y materiales rompibles fuera de alcance.
2. Cuando el peligro esté presente, agarre la mano del infante en vez de abofetear.
3. Si un infante está sosteniendo algo que usted no quiere que él tenga, intercámbielo por un juguete.

#### Cálmese

Si usted se vuelve rabioso y siente que quiere dar una palmada a su niño, apártese si puede. Cálmese y des un tiempo para pensar las alternativas al problema. Los padres a menudo la pierden cuando están bajo tensión nerviosa. Si usted no puede abandonar la situación mentalmente devuélvase y cuente hasta diez.

#### Tómese el tiempo para usted mismo

Los padres son más aptos a infringir zurras cuando se sienten agotados y apresurados. Es importante para los padres programar el tiempo para ellos mismos.

### **Sea firme pero bondadoso**

Algunas veces los padres se frustran cuando sus niños no hacen caso después de repetidas solicitudes. Ellos recurren a una zorra para lograr el cumplimiento. Si usted se encuentra en esta situación, ensaye lo siguiente:

- 1) Baje al nivel del niño
- 2) Haga contacto ocular y tóquelo gentilmente
- 3) Explíquelo de una manera bondadosa pero firme exactamente qué es lo que usted quisiera hacer.

### **Dele escogencias**

Dar escogencias es una alternativa efectiva a dar una zorra.

*Ejemplo:* Si su niño está jugando con su alimento en la mesa, pregúntele: “¿Te gustaría dejar de jugar con su alimento o preferiría dejar la mesa?” Si continúa jugando con su alimento use la acción bondadosa pero firme de ayudarlo a bajarse de la mesa.

### **Consecuencias lógicas**

Las consecuencias que están lógicamente relacionadas con la conducta ayudan a enseñar la responsabilidad.

*Ejemplo:* “Puedes, o bien apagar el equipo de TV u jugar afuera. Es su elección.”

*Ejemplo:* “No puedo aspirar su habitación si tus juguetes y tu ropa están tirados en el piso. Entonces los colocaré en bolsas y los pondré en el sótano hasta que decidas retirarlos.”

### **Ofrezca oportunidades para compensación**

En vez de castigar a los niños cuando ellos rompen los acuerdos, déles oportunidades para fortalecer su integridad y muéstreles la buena voluntad.

*Ejemplo:* Su hijo tiene un toque de queda a las 9:30 y no llega a la casa hasta las 10:00. En vez de castigarlo, discuta la importancia de guardar su palabra. El propósito es estimularlo a que haga elecciones responsables, no forzarlo a la sumisión. Sugiera que vuelva con maneras para recuperar su confianza poniendo la responsabilidad nuevamente sobre él.

*Ejemplo:* cortar leña, trabajar en el patio o limpiar el garaje. Si el comportamiento erróneo se repite, extienda el tiempo que deba transcurrir antes de que se le permita ensayar nuevamente.

A través de la modelación y la disciplina positivas los adultos enseñan a los niños como convertirse en miembros bien ajustados a la sociedad. Cuando los niños son tratados con respeto y son capaces de tener algún control, ellos aprenden a respetar y a escuchar a sus padres.

Producido por:

**PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736**

Colorado Family Education, Resources & Training

Colorado State University Cooperative Extension

Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.

### **Sea firme pero bondadoso**

Algunas veces los padres se frustran cuando sus niños no hacen caso después de repetidas solicitudes. Ellos recurren a una zorra para lograr el cumplimiento. Si usted se encuentra en esta situación, ensaye lo siguiente:

- 1) Baje al nivel del niño
- 2) Haga contacto ocular y tóquelo gentilmente
- 3) Explíquelo de una manera bondadosa pero firme exactamente qué es lo que usted quisiera hacer.

### **Dele escogencias**

Dar escogencias es una alternativa efectiva a dar una zorra.

*Ejemplo:* Si su niño está jugando con su alimento en la mesa, pregúntele: “¿Te gustaría dejar de jugar con su alimento o preferiría dejar la mesa?” Si continúa jugando con su alimento use la acción bondadosa pero firme de ayudarlo a bajarse de la mesa.

### **Consecuencias lógicas**

Las consecuencias que están lógicamente relacionadas con la conducta ayudan a enseñar la responsabilidad.

*Ejemplo:* “Puedes, o bien apagar el equipo de TV u jugar afuera. Es su elección.”

*Ejemplo:* “No puedo aspirar su habitación si tus juguetes y tu ropa están tirados en el piso. Entonces los colocaré en bolsas y los pondré en el sótano hasta que decidas retirarlos.”

### **Ofrezca oportunidades para compensación**

En vez de castigar a los niños cuando ellos rompen los acuerdos, déles oportunidades para fortalecer su integridad y muéstreles la buena voluntad.

*Ejemplo:* Su hijo tiene un toque de queda a las 9:30 y no llega a la casa hasta las 10:00. En vez de castigarlo, discuta la importancia de guardar su palabra. El propósito es estimularlo a que haga elecciones responsables, no forzarlo a la sumisión. Sugiera que vuelva con maneras para recuperar su confianza poniendo la responsabilidad nuevamente sobre él.

*Ejemplo:* cortar leña, trabajar en el patio o limpiar el garaje. Si el comportamiento erróneo se repite, extienda el tiempo que deba transcurrir antes de que se le permita ensayar nuevamente.

A través de la modelación y la disciplina positivas los adultos enseñan a los niños como convertirse en miembros bien ajustados a la sociedad. Cuando los niños son tratados con respeto y son capaces de tener algún control, ellos aprenden a respetar y a escuchar a sus padres.

Producido por:

**PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736**

Colorado Family Education, Resources & Training

Colorado State University Cooperative Extension

Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.