

Disciplina apropiada y crianza positiva de los hijos

Los niños que se encuentran en el cuidado del sistema de crianza tienen que ser seguros, recibir un buen cuidado físico y emocional, y recibir sus necesidades básicas. Se espera que las familias de crianza y las familias adoptivas usen la disciplina apropiada y segura con los niños bajo su cuidado consistente con las prescripciones de sistema de crianza. Los niños en el sistema de crianza también necesitan "crianza positiva", o un cuidado que utiliza una orientación positiva en vez de un castigo y la vergüenza. Esta unidad revisará algunas ideas básicas para proporcionar la disciplina apropiada y la crianza positiva en el cuidado de los niños. Usted aprenderá:

- Cuáles clases de disciplina no son permitidas por regulación en el sistema de crianza
- Diez pasos básicos de crianza positiva para las familias de crianza y familias adoptivas
- Estrategias para manejar comportamientos difíciles específicos que pueden ocurrir



EJERCICIO: ¿Qué haría usted si...?

Lea las siguientes situaciones. Escribe lo que usted haría si éstas pasaran en su casa.

1. Un niño de seis años colocado en su casa tiene etiqueta terrible de mesa. Él come con sus dedos y come muy rápido.
2. A un niño se le agarró robando dinero de su monedero y luego miente sobre ello.
3. Un niño que juega golpea a otro niño porque el otro niño no compartía su juguete de camión con él.
4. Un niño le insulta a usted y le llama un nombre muy irrespetuoso mientras usted trata de dirigirse a él sobre hacer sus tareas.
5. Un niño no hace su tarea sin que le recuerden y luego muchas veces se olvida de entregarla a su profesor en la escuela.
6. Dos niños luchan y gritan sobre compartir un videojuego.

Lista de Control Básico de la Familia de Crianza y Familia Adoptiva

Volveremos a las situaciones presentadas en el último ejercicio al final del capítulo. Pero primero, vamos a mirar 10 pasos "básicos" al proveer un cuidado bueno y de calidad a los niños en su casa. Hágase las preguntas después de cada paso "básico" para medir su propia casa.

PASO BÁSICO #1: Atienda a las necesidades físicas de un niño.

Asegúrese que un niño es alimentado correctamente y que duerma lo suficiente. Siga el horario de citas médicas e inmunizaciones recomendadas por su proveedor de salud. Provea a los niños ropa limpia. Recuerde, el primer trabajo de un padre es de proveer un lugar seguro donde pueden estar los niños y proveer sus necesidades.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Proporcionamos comidas regulares y refrigerios sanos?
- ¿Es rutinaria nuestra hora de acostarse? ¿Se acuestan los niños en un horario regular?
- ¿Hemos atendido las inmunizaciones y chequeos médicos?

PASO BÁSICO #2: Provea un ambiente tranquilo y previsible.

- Evitar caos, las radios fuertes, y los gritos.
- Minimizar el tiempo dedicado a televisión/computadora/videojuego. El pasar demasiado tiempo frente a la televisión hace daño al desarrollo cerebral y puede aislar a un niño de otra interacción social. Elija los videos y programas de televisión que se le exponen al niño con cuidado.
- Defina claramente el lugar para jugar y el lugar para completar la tarea. Un niño no requiere su propia habitación, pero debería haber un espacio privado para él, tal como su propio cajón o un lugar para sus cosas personales.
- Trate a sus hijos de crianza como si fueran sus propios niños. Déles las mismas responsabilidades y privilegios, y déjeles participar en todas las actividades familiares tal como los otros niños del hogar.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Es mi casa generalmente tranquila y previsible?
- ¿Tendrá mi hijo de crianza algún espacio propio?
- ¿Controlamos nosotros, los padres, la televisión y los videos?
- ¿Puedo aceptar a otro niño dentro de la familia y tratarlo como si fuera mi propio?

PASO BÁSICO #3: Proporcione estructura y rutinas.

Las rutinas conducen a resultados previsibles. Los resultados previsibles conducen a seguridad. Establezca ritmos para las mañanas, tardes, hora de acostarse, tarea, despidiéndose y saludando. Aparte un espacio para las cosas en su casa tal como abrigos, juguetes, y ropa. Cuando los niños tienen estructura en sus vidas, se sienten más seguros porque saben qué esperar. Les es más fácil relajarse y saber qué hacer. Estas rutinas deberían encajar en la edad del niño.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Cuáles son las edades de los niños en mi casa? ¿Cuáles son las rutinas que necesitan?
- ¿Cuáles serían los deberes apropiados para los niños en nuestra casa?
- ¿Qué es nuestra rutina de despedirnos de alguien y saludar a otros? ¿Cómo celebramos cuando pasan buenas cosas?
- ¿Supervisamos a los niños de una forma adecuada? ¿Sabemos dónde andan los niños en cada momento?
- Y ¿qué de los canguros o los proveedores de cuidado de emergencia? ¿Conocen los niños a estas personas?

PASO BÁSICO #4: Use las palabras de una manera positiva. Sea un buen modelo a seguir.

Sea un padre/madre positiva. Tome en cuenta cuando un niño hace algo bueno. Indíquele cuales son sus fuerzas. Tome el tiempo para enseñarle habilidades básicas y modales. Deje que un niño le escuche cuando le cuenta a otra persona acerca de lo bueno que es. Ofrezca opciones a los niños para que se sientan que tienen un poco de control. Lo más importante, trate al niño como usted desea que él trate a los demás—con respeto y bondad.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Mis palabras rocían muchos comentarios positivos?
- ¿En qué puedo dejar que un niño tenga más elección? ¿La ropa? ¿La comida? ¿Las actividades?
- ¿Le proveo un buen ejemplo al niño? ¿Me comporto de una manera que deseo que mis niños se comporten?
- ¿Tomo el tiempo adecuado para enseñarles a los niños habilidades básicas tales como modales, higiene, y llevarse bien con los demás?

Las frases que a los niños (y a los adultos) les gusta escuchar

¡Qué bien! ♦ ¡Bien hecho! ♦ ¡Súper! ♦ Eres muy especial ♦ ¡Qué buen pensamiento

¡Ahora si lo captas! ♦ Has trabajado muy duro ♦ Qué buena forma de ver las cosas

Veo que lo has pensado mucho y cuidadosamente ♦ ¿Qué opinas? ♦ Te quiero

¡Ahora lo entiendes! ♦ Me gusta eso ♦ ¡Qué buen trabajo! ♦ ¡Escuchaste muy bien!

Eso fue muy considerado de parte de ti, gracias ♦ Lo que dijiste fue muy bueno ♦ ¡Se te ve genial!



intento Agradabl

PASO BÁSICO #5: Hagas cosas de diversión como familia.

Al divertirse juntos como familia le ayuda a un niño entablar mejor en una relación con su familia. También aumenta la autoestima en los niños. Las cosas de diversión pueden incluir jugar juegos, ir a cenar afuera, ir al parque, jugar deportes, llevando a un niño a pescar, o enseñando a un niño cómo cocer. Los días festivos y tradiciones familiares también pueden ayudar a un niño sentirse parte de la familia. Demuestre afección por medio del toque, sobrenombres (apodo), y de reírse. Saque fotografías y míralas con frecuencia. Mantenga un libro de la vida (libro de recuerdos e historia del niño) y haga que el libro acompañe al niño cuando deja de vivir en su casa.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Cómo nos divertimos como familia? ¿Hacemos cosas y eventos familiares y salimos como familia especiales con frecuencia?
- ¿Existe un álbum para convertirse en un libro de la vida o una caja para guardar los recuerdos del niño?
- ¿Qué tan cómo me siento con el toque? ¿Qué clase de toque es adecuado con este niño?
- ¿Cómo celebro los días festivos? ¿Existe un papel especial que mi hijo de crianza puede llenar para que se sienta mejor incluido?

PASO BÁSICO #6: Edúquese acerca de las necesidades especiales de su niño.

Muchos de los niños que entran al sistema de crianza y el cuidado fuera de su propio hogar han enfrentado trauma y abuso en sus vidas. Algunos de los niños sufren de discapacidades de desarrollo o discapacidades de aprendizaje. Otros niños sufren asuntos de salud mental tales como la depresión o problemas en entablar relación. Las familias de crianza y familias adoptivas deben aprender todo que puedan acerca de las necesidades especiales de los niños bajo su cuidado. Por ejemplo, los niños que sufren de los desórdenes del espectro de alcoholico fetal muchas veces funcionan mejor dentro de un ambiente estructurado en vez de responder a un padre/madre que habla demasiado o utiliza el castigo de tomarse un descanso (“time out”). Lo más que sabe, el mejor éxito tendrá usted (¡y su hijo!).

Usted puede enterarse acerca de la condición de su niño en varias maneras:

- Pregúntele a su trabajador social acerca de cualquier información que él o ella tiene del niño.
- Si usted está trabajando con un terapeuta de salud mental, pídele al terapeuta información que puede servirle como padre/madre.
- Comuníquese con el trabajador de caso y el Departamento de Servicios Humanos y pregunte acerca de su biblioteca y materiales que se prestan.
- Visite el Internet o visite su biblioteca pública local.
- Hable con otro padre/madre de crianza/adoptiva quien puede tener experiencia con un niño similar.
- Mire y observe cómo el niño aprende y cómo se comporta. Muchas veces los niños nos dejarán ver lo que necesitan si les prestamos atención.

PASO BÁSICO #7: Establezca reglas de casa.

Establezca reglas que ayuden a que los niños tengan seguridad y progresen en su hogar. Enséñeles a los niños habilidades para tener éxito. Muchos niños necesitan que un adulto tome el tiempo para hablar con ellos y enseñarles. Sea paciente ya que cuestan a los niños aprender. Si usted tiene niños mayores bajo su cuidado, tal vez quiera escribir estas reglas y explicárselas a su adolescente. También tal vez los niños mayores quieran dar su opinión en cuanto a las reglas.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Cuáles son las reglas básicas de la casa?
- ¿Cómo comunicamos las reglas a los niños? ¿Ayudaría si las reglas fueran escritas y accesibles a los niños?
- ¿Son justas o imparciales las reglas? ¿Proveen un sentido de seguridad las reglas?
- ¿Tomo el tiempo adecuado para enseñarles a los niños lo que necesitan saber?

EJEMPLOS DE ALGUNAS REGLAS COMUNES DE LA CASA

- No está bien dañarse a sí mismo, dañar a otras personas, o hacer daño a propiedad.
- Hay que bañarse por lo menos cada dos días. Hay que colocar la toalla para lavarse en su lugar después de bañarse y llevar la ropa sucia a la lavandería o su lugar indicado.
- Todos tenemos deberes diarios en la casa. Hay que acabar con el deber antes de cenar.
- Se permite solamente una persona en el cuarto del baño a la vez.
- Cuando se sale de la habitación o el cuarto del baño, hay que tener ropa puesta, una bata de baño, o pijamas puestos. No se permite caminar por la casa en ropa interior.
- Hay que siempre dejar saber a un adulto de la casa a dónde vas cuando sales. Hay que obtener permiso antes de salir de la casa.
- No se presta o se pone ropa de otra persona o no se usa artículos personales de otra persona sin obtener permiso primero del padre/madre.
- Las llamadas telefónicas se hacen y se reciben antes de las 9:00 de la noche. Las llamadas telefónicas no deben demorar más que 10 minutos a menos que se reciba permiso del padre/madre.

PASO BÁSICO #8: Cuando la situación se pone estresante, hay que tomarse un descanso (“time out”).

Sepa cuando usted debería “tomarse un descanso” (“time out”). Cuando la situación se complica hasta no poder controlar, le puede ocurrir daño a alguien. Usted necesita controlar que la situación no se acelere más. Los gritos y los insultos pueden empeorar las cosas, y en situaciones extremas, los padres y los niños pueden herirse. Si usted se comporta de una manera calmada, puede que piense mejor acerca de la situación y escoger una solución para resolverla, en vez de simplemente reaccionar. Si un niño no se toma un descanso para calmarse, usted puede ser la persona que sale del cuarto para calmar la situación. Respire profundo, salga afuera para respirar aire puro, cierre la puerta, o tómese un vaso de agua.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Cómo me enfado? ¿Debería aprender mejores maneras de enfrenar mi enojo?
- ¿Cómo me cuido físicamente y emocionalmente?
- ¿Cómo quisiera que los niños enfrenen su enojo dentro de mi casa? ¿Cómo pienso enseñar eso?
- ¿Tengo las habilidades para que una situación no se intensifique o para calmar una situación?

PASO BÁSICO #9: Use consecuencias cuando se rompen las reglas.

Las mejores consecuencias están conectadas de alguna manera a lo que hizo el niño. Si el niño no guarda el horario de llegar a casa o no usa correctamente un privilegio, el niño pierde tiempo cuando desea salir en otro momento tal como el próximo fin de semana o pierde el privilegio para un horario específico. Si un niño pega, se necesita separarlo de los demás niños para poder calmarse y después puede juntarse nuevamente cuando puede jugar de una forma más suave. Enseñe a los niños a resolver problemas por sí mismos cuando los enfrentan. Esto les da una habilidad que dura por toda la vida.

Cosas para preguntarse a sí mismo:

- ¿Cuáles son las consecuencias que usamos dentro de la familia? ¿Tienen lógica? ¿Están conectadas a los comportamientos malos?
- ¿Tomo el tiempo adecuado para enseñar a mis niños lo que deseo que hagan? ¿Es positiva la forma que aplico la disciplina? ¿Se promocionan habilidades dentro de los niños la forma que aplico la disciplina o simplemente es un castigo?

Ideas para consecuencias

- Algunas cosas que usted puede decir a su niño: **¡Hazlo bien!** Límpielo. Reemplácelo. Arréglalo. Aprende a decir “lo siento”. Hazle algo especial a la persona que heriste. Servicio social para la comunidad. Devuélvelo.
- **Agregue algo adicional que el niño tiene que terminar.** Más deberes de la casa. Que el niño gane algo de dinero para reemplazar algo. Que el niño ayude al padre/madre con un proyecto. Que el niño haga algo especial para alguien en la comunidad.
- **Haga un plan que mejorará las cosas la próxima vez.** Haga que el niño hable acerca de lo que pasó. Haga que el niño resuelva la situación con ideas diferentes. Haga que el niño escriba acerca lo que él/ella hizo y el por qué necesita hacerlo diferente la próxima vez. Haga que el niño pase un tiempo leyendo y aprendiendo acerca del por qué lo hizo algo mal.
- **La pérdida de privilegios.** La pérdida de tiempo para usar el teléfono, o el tiempo dedicado a la televisión o video. Castigar al niño por un período determinado (no se le deja salir). Quitar el privilegio de que los amigos del niño se junten en la casa. Que el niño tenga que llegar a casa más temprano. Que el niño no participe en algún evento. Que el niño pierda el privilegio de usar el auto, el estéreo, o la computadora.
- **Aplique consecuencias positivas cuando las cosas se hacen bien.** Tiempo adicional de televisión. Se puede escoger el video. No tiene que hacer cierto deber en la casa. Acompaña al padre/madre a un lado especial afuera de la casa. Tiempo extra para leer cuentos. Se puede quedarse despierto/a más tarde. Un abrazo. Elogios para el niño.

PASO BÁSICO #10: Sepa qué indican las reglas del sistema de crianza acerca de la disciplina y la crianza de los niños.

Los padres de crianza licenciados deben saber lo que se les espera. No se permite que algunas estrategias de disciplina se apliquen con un niño que se encuentra bajo la custodia del estado. De hecho, cualquier disciplina corporal (o físico) puede llegar a que se realice una investigación de la familia de crianza/adoptiva y/o puede iniciar un procedimiento criminal en contra a la familia de crianza/adoptiva por abuso infantil. El siguiente viene de las reglas del sistema de crianza e indique lo que no se permite en el sistema de crianza.

Ninguna disciplina o técnica de administrar el comportamiento puede usarse si es cruel, humillante, o de cualquier manera daña al niño.

A un niño que se encuentra en el sistema crianza no se le puede...

- (1) aislar de otros niños por más que 10 minutos si es un niño joven;
- (2) aplicar disciplina asociada con la comida o el descanso;
- (3) castigar por mojar (orinar en) la cama o por las acciones en relación con usar el baño o el entrenamiento para usar el baño;
- (4) someter la disciplina administrada por otro niño;
- (5) quitar las visitas de la familia biológica, el correo, la ropa, la asistencia médica, las actividades terapéuticas designadas en el plan de cuidado del niño, o contacto con el trabajador social que colocó al niño o su representante legal;
- (6) someter a abuso verbal, a comentarios derogatorios acerca del niño o miembros de la familia biológica del niño o a amenazas de expulsar al niño de la casa de crianza.
- (7) encerrar en un cuarto con llave;
- (8) contener físicamente, con excepción cuando sea necesario para proteger a un niño joven de un accidente, proteger a demás personas en el área cercana de daño físico, o proteger propiedad de un daño serio y en esos casos solamente se permite contener al niño de una manera física pasiva;
- (9) contener mecánicamente, con excepción cuando sea necesario para proteger al niño tal como cinturón de seguridad; o
- (10) contener químicamente, con excepción cuando sea una orden del médico.

Ninguna disciplina o castigo corporal se puede aplicar a los niños que se encuentran en el sistema de crianza. Esto incluye cachetear, golpear/pegar, dar unas palmadas (*en las nalgas*), agarrar del brazo o el cabello, pegar la cabeza, lavar la boca con jabón, sacudir, o cualquier manera de disciplina que incorpora dolor físico a un niño.

EJERCICIO: ¿Qué haría usted si...? ¿Recuerde cuáles son las situaciones mencionadas en el principio de la unidad?

Vamos a revisarlas y aplicar lo que hemos aprendido en esta unidad.

- 1. Un niño de seis años de edad colocado en su casa tiene modales malos. Él come con sus dedos y come muy rápido.** Tome el tiempo para enseñar modales al niño, cómo usar los cubiertos, y lo que se le espera durante horarios de comer. Asegúrese que todos usen los mismos modales para que se siga su consejo. Elogie al niño cuando se acuerda de usar modales apropiados. Asegure que el horario de comer sea placentero, y tome el tiempo para hablar acerca del día durante la cena. No castigue al niño al quitarle su comida. Sea paciente mientras el niño aprenda nuevas habilidades.
- 2. A un niño se le agarra en el acto de robar de su cartera y después miente de ello.** Hay dos temas en este ejemplo: el robar y el mentir. Déle al niño una consecuencia de ganar la misma cantidad que él robó de su cartera. Instrúyale al niño a que escoja una caridad o una familia a quien donar lo que ha ganado. Agregue una consecuencia adicional por haber mentido acerca del incidente. Fíjese en los momentos que el niño ayuda y es honesto y elogie ese comportamiento. Hable del por qué el ser honesto es importante. Déle al niño una oportunidad de ganar su propio dinero honestamente.
- 3. Un niño le pega a otro niño mientras juegan porque el otro niño no compartirá la camioneta con él.** Instrúyale al niño a que se tome un descanso (“time out”) para calmarse, y después hable con él acerca de la regla de no dañar a otra persona en la casa. Practique con el niño una manera de jugar con un juguete o cómo resolver el asunto por medio de otra opción (elegir otro juguete, pensar en un juego en el cual los dos pueden jugar con el juguete). Coloque la regla de no dañar a sí mismo, no dañar a otros o no dañar propiedad donde los niños pueden ver para recordarles.
- 4. Un niño le insulta a usted al llamarle una palabrota muy irrespetuosa mientras usted está intentando hablar con él acerca de hacer sus deberes de la casa.** Establezca una regla de casa acerca de insultar con palabrotas y malas palabras y establezca una consecuencia. Cuando la situación descrita arriba pase, mantenga su enfoque hacia los deberes de la casa. Cuando un niño se calme, hable con él acerca del insulto y entréguele una consecuencia tal como él necesita ayudarlo con un deber en la casa o él pierde tiempo para mirar televisión. Practique con el niño lo que él puede hacer cuando se enfada con usted en vez de insultarle con palabrotas. Asegúrese que usted no esté utilizando palabrotas tampoco. Demuestre al niño lo que usted desea que haga al comportarse usted de una manera ejemplar cuando usted mismo se enoja.
- 5. Un niño no termina su tarea de la escuela sin que le recuerden y después se olvida de entregársela a su maestro en la escuela.** Aparte un sitio específico para que el niño pueda completar su tarea e indique un horario diario para que el niño dedique su tiempo a la tarea. Entréguele al niño un archivo especial donde puede poner su tarea y haga que el niño se la enseñe a usted cuando acabe con su tarea antes que se le permite mirar televisión o jugar con amigos. Provea algún premio positivo si él puede acabar y poner su tarea en el archivo cada día de la semana.
- 6. Dos niños están peleándose y gritándose acerca de compartir un videojuego.** Haga calmar a los niños al separarlos o quitarles el videojuego. Cuando se calmen los niños, hábleles acerca de cómo resolver su problema sin gritarse. Como consecuencia, quíteles el videojuego por una hora. Instruya a los niños a que piensen en otras maneras de resolver el problema (usar un reloj para determinar el tiempo, pedir prestado el videojuego, escoger un juego que deja jugar a los dos niños). Fíjese cuando los dos niños juegan bien juntos y elógieles por haber resuelto su problema y jugar tan bien juntos.

Entrenamientos en español

Grupo de apoyo para Padres de Crianza y Padres Adoptivos Condado de Clackamas

Patrocinado por el Departamento de Servicios Humanos, 315 S Beaver Creek Road, Oregon City, OR 97045

Se reúne el primer jueves del mes de las 5:30 a 7:00 de la tarde. Comuníquese con Gloria Sandoval, 503-731-4120

- **Jueves, 5 de marzo:** Un representante de la oficina central en Salem presentará información reciente acerca *Cuidado personal y servicio de relevo* (“Personal care/respice care”).
- **Jueves, 2 de abril:** La Señora Julie Buzzard presentará más información acerca de la *Pérdida y dolor de los niños al llegar al sistema de crianza*.
- **Jueves, 7 de mayo:** La Señora Irene Phipps presentará información sobre *Como trabajar con las familias biológicas de los niños en su cuidado*.

Los servicios del Centro de Recursos Pos-adoptivos de Oregon (“ORPARC”)...

Si usted desea recibir más información sobre la Separación y pérdida en el niño de crianza o si necesita hablar con un profesional sobre este tema, le invitamos a que se comunique con nosotros al número 1-800-764-8367 o mándenos un correo electrónico a orparc@nwresource.org. Estamos aquí para servirles y trabajar juntos con ustedes, los padres adoptivos, para que tengan éxito en la crianza de sus niños y para que sean familias felices.

① 503-241-0799 teléfono

① 800-764-8367 teléfono

① 503-241-0925 fax

Centro de Recursos Pos-adoptivos de Oregon

621 SW Morrison Street, Suite 450

Portland, Oregon 97205

orparc@nwresource.org

www.orparc.org