



# Abuelos

## Que Crían a los Nietos:

### La Disciplina de sus Nietos



Una mayor preocupación de los padres y abuelos es educar a los niños en la disciplina de sí mismos. ¿Cómo enseña a los niños comportarse bien, aún cuando Ud. no esté? La clave es emplear la disciplina eficaz y consistente--saber disciplinar a los niños de diferentes edades podría ser uno de sus desafíos más grandes como abuelo o abuela criando a sus nietos.

Los niños estarán más contentos probablemente cuando los padres y abuelos combinen el cariño y el amor con reglas comprensibles y estables. Ellos necesitan comprender que Ud. les ama y les cuida, pero también que necesitan seguir las reglas, y hay consecuencias por romperlas. La disciplina eficaz requiere muchísima paciencia y comprensión.

#### Reglas para las Reglas

Los niños se sienten más seguros con las reglas y límites porque saben qué esperar y cómo portarse. Algunos niños se portan mal simplemente para forzarle a Ud. imponer límites en su comportamiento. Es su responsabilidad fijar reglas comprensibles y apropiadas para las edades de sus nietos. Las siguientes sugerencias le ayudarán decidir sobre buenas reglas.

- **Las reglas deben ser necesarias.** No abrume a los niños con tantas reglas, porque no se acordarán de ellas. Seleccione pocas reglas simples que tratan la mayoría de la conducta, y asegure que las reglas son importantes. Para los niños pequeños, fijar reglas que tratan de no lastimarse a ellos mismos o a otros, o la propiedad de otras personas debería bastar para la mayoría de las circunstancias.
- **Las reglas deben ser prácticas.** Los niños necesitan ser capaces de seguir sus reglas.

Asegure que los comportamientos que Ud. exige de ellos son cosas que sus nietos pueden hacer sin mucha dificultad. Por ejemplo, esperar que un niño de dos años se comporte tranquilamente durante una película de dos horas no es razonable. A medida que los niños crezcan, se deberían adaptar las reglas a su nuevo nivel de madurez. Mientras los niños maduren, hágalos participar en decidir las reglas de la familia. Es más probable que los niños obedezcan una regla si la hayan creado.

- **Las reglas deben tener una declaración positiva:** Aún cuando los niños quieren seguir las reglas, es posible que no sepan cuáles comportamientos son aceptables. Comunique a sus nietos lo que Ud. desea que hagan. Por ejemplo, podría decir, “Por favor, camina cuando estés en casa” en vez de decir “¡No corras!”.
- **Las reglas deben tener motivo.** Mientras los niños crezcan, podrían empezar a cuestionar sus reglas. Hágales entender que las reglas existen para mantenerse seguros y ayudarles llevarse bien con los demás. Su motivo por ciertas reglas no debe ser “Porque yo lo dije.” Al decir a los niños por qué existen ciertas reglas, Ud. les ayuda aprender a pensar por sí mismos. Los niños también seguirán las reglas más probablemente si entienden el motivo detrás de ellas. Podría explicarles, por ejemplo, que necesitan acostarse a las 8 p.m. en las noches escolares porque dormir suficiente les ayuda ser sanos y listos para aprender en la escuela.
- **Las reglas deben ser empleadas consistentemente.** Los niños necesitan saber que hay consecuencias por desobedecer las reglas. Cada vez que un niño no sigue la regla, Ud. necesita



imponer esa regla sin enojarse. Esta sugerencia es especialmente importante si sus nietos vienen a vivir con Ud. Cuando los niños llegan a su casa, puede que Ud. piense que esté haciéndoles un favor al relajar las reglas cuando se porten mal. Pero dejar a los niños romper las reglas al principio sólo causará más mala conducta al final. Cuando los niños no tienen reglas, creen que a nadie les importa lo que hacen. Al emplear las reglas, Ud. les hace saber que se interesa y es de confianza.

### Cuándo los Niños se Porten Mal

Su meta debe ser ayudar a un niño volverse responsable por su propia conducta, distinguir el bien del mal y comportarse en forma correcta. Cuando los niños desobedezcan las reglas, hay varias tácticas y “herramientas” para manejar la mala conducta. Éstas son algunas sugerencias básicas para la disciplina de los niños:

- **Comprender por qué los niños se portan mal.** Algunos niños actúan mal para tener su atención. Otros están tratando de controlar una situación, o se sienten estresados o cansados. Cuando su nieto se comporte mal, preste atención a toda la situación. ¿Qué podría haber causado el problema? ¿Por qué estaría portándose de tal manera? Si el niño es bastante grande, podría preguntarle a él o a ella por qué actuó así.
- **Ser tanto firme como amable.** Algunos adultos piensan erróneamente que hay que tratar mal a los niños para disciplinarlos, pero de hecho, los niños responden mejor a la disciplina cuando Ud. se muestre tranquilo y amable. Hable tranquilamente, pero insiste que sigan las reglas.
- **No intentar ser demasiado “amable”.** El sobreproteger o compadecerse a su nieto no lo hace más fácil acostumbrarse



vivir con Ud. Si es demasiado indulgente con el niño, él no podrá aprender comportarse correctamente. Está bien mostrar comprensión al niño, pero no permita que no se castigue por su mala conducta sólo porque tiene mucho estrés. Enseñele con amor cómo comportarse bajo circunstancias difíciles.

- **Ser consistente.** Si Ud. promete que va a hacer algo, hágalo. Si ha dicho a su nieto que no puede mirar la tele hasta que termine la tarea, mantenga la televisión apagada hasta que termine la tarea. No se acceda a los quejidos o ruegos. Cuando Ud. no cumple con su palabra, los niños aprenden que Ud. no trata las reglas seriamente.
- **Criticar la acción en vez del niño.** Los niños que han sufrido problemas familiares a veces tienen menos amor propio. Si su nieto rompe algo, hágale saber que correr en la casa no es buena idea. No le diga que él es muy malo; esto sólo hará que se opine aún peor de sí mismo. Hágale saber que Ud. todavía le quiere mucho aún cuando se porte mal, pero ponga énfasis en que Ud. espera buena conducta de él porque le ama.
- **No rendirse a causa de la vergüenza.** A veces los niños se portan mal en situaciones públicas. Un niño que está agarrando un berrinche en el supermercado puede ser muy vergonzoso, pero no se rinda sólo para hacerle calmar. Si a su nieto le da por tener una rabieta porque Ud. no le quiere comprar un dulce, llévalo afuera. Siéntase orgulloso de sí mismo de su buena decisión y por no acceder al niño por el miedo de vergüenza pública.
- **Saber a quién pertenece el problema.** Algunos problemas son la responsabilidad de su nieto, y sólo él o ella los puede solucionar. Enseñe a sus nietos que ellos son responsables por su propio

comportamiento. Si un nieto se olvida llevar su lonche, por ejemplo, es su problema. Ud. puede ayudarle aprender maneras de recordar su lonche en la mañana, pero no siempre lo rescate al llevar su lonche por él.

- **Negarse batallar o rendir.** Si su nieto no puede jugar sus juegos de video porque no ha hecho sus quehaceres en la casa, puede que él intente suplicar o discutir con Ud. Ya que haya fijado una regla y una consecuencia por desobedecerla, resista la tentación de suavizarse cuando su nieto empieza discutir. De naturaleza los niños prueban los límites que les ha fijado. Su papel es hacer reglas comprensibles y imponerlas siempre. No intente discutir con ellos; simplemente reafirme la regla y la consecuencia. Ud. podría decir, “Cuando terminas de limpiar tu cuarto, puedes mirar la tele.”

### Cómo Controlar la Mala Conducta

No importa si ha dicho las reglas claramente, los niños a veces van a romperlas. Cuando sus nietos se porten mal, intente usar las siguientes herramientas:

- **No hacer caso.** Alguna mala conducta se hace con el fin de agarrar su atención. Si Ud. no hace caso a su comportamiento, el niño finalmente se dará cuenta que hay otras formas de conseguir su atención. Los berrinches y quejidos son ejemplos de conductas que se manejan mejor al ignorarlas. Ud. puede reforzar que le no está haciendo caso al niño al decirle que Ud. hablará con él cuando se calme o deje de quejarse. No obstante, ¡No ignore el comportamiento peligroso!
- **Reorientar.** Cuando los niños se porten mal, a veces Ud. puede reorientar su conducta a una actividad más apropiada. Si un niño está subiéndose a las sillas y mesas, llévele para jugar en el campo de juegos afuera. Si un niño está por quitar un juguete a su hermano, ofrezca otro juguete al niño. El reorientar

corta el paso a muchos problemas con muy poco estrés.

- **Dar selecciones.** A veces los niños se portan mal porque quieren tener control. Ayude a los niños tener un poco de control al darles selecciones. Un niño muy pequeño puede escoger la camisa que quiere ponerse. Los niños mayores pueden seleccionar cosas más complejas, pero asegúrese limitar las opciones, por ser que demasiadas opciones pueden inundar al niño. Todas las selecciones que le ofrece deberían ser igualmente aceptables a Ud. Si es la hora de dormir, no pregunte al niño si quiere acostarse o no; en cambio, deje que él decida si quiere lavar los dientes o leer un cuento primero.



- **Tener tiempo para calmarse:** Cuando los niños se enojan o se frustran, es posible que no puedan resolver el problema inmediatamente. Si los niños están perturbados, enséñeles tomar algunos minutos para calmarse antes de enfrentar el problema. Trate este tiempo como un tiempo para reponerse, no como un castigo por la mala conducta. Anímelos encontrar un lugar tranquilo. Haga que respiren profundo varias veces. Ofrézcales una actividad tranquila por algunos minutos. Cuando estén mas calmados, ayúdeles solucionar el problema en forma positiva.

- **Emplear las consecuencias.** Las consecuencias son los resultados directos de romper una regla. Para ser eficaces, las consecuencias necesitan ser inmediatas y relacionadas claramente con la mala conducta. Algunas consecuencias suceden sin su ayuda. Por ejemplo, cuando un niño deja los marcadores destapados, se secarán. Otras consecuencias tienen que ser impuestas por los adultos. Si un niño

escribe en las paredes, tendrá que limpiarlas. Si una niña tira un juguete, quizás no podrá jugar con ese juguete. Hay que emplear las consecuencias inmediatamente después del mal comportamiento del niño. No es eficaz castigar a un niño después de unas semanas porque el niño no asociará el castigo con su conducta.

- **Recuerde que cada niño es único.** Puede que las herramientas y tácticas que funcionan para un niño no sean eficaces para otro. Diferentes herramientas podrían funcionar mejor en diferentes casos. Conozca las personalidades de sus nietos, y seleccione las disciplinas que les sirvan mejor a ellos. ¡Muchas veces es un proceso de prueba y error!

### Enseñar la Buena Conducta

La disciplina no sólo se trata de eliminar la mala conducta de sus nietos, sino también se trata de educar a los niños en la manera correcta de portarse. Éstas son algunas maneras de ayudar a los niños aprender la conducta apropiada.

- **Comunicar claramente.** Algunas veces, la conducta de los niños es divertida, pero reírse cuando un niño se porte mal podría darle la atención que busca, y animarle portarse mal más tarde. Cuando un niño diga algo grosero pero divertido, hágalo obvio que no importa cuán divertida la conducta de su nieto, no es apropiada. Evite contar anécdotas ingeniosas de su mala conducta cuando los niños estén escuchando; esto podría provocar más mala conducta.
- **Ofrecer instrucciones positivas.** Cuando sea posible, diga a sus nietos las cosas que pueden hacer en vez de lo que no pueden hacer. Cuando un niño pida permiso para hacer algo divertido, pero no ha terminado los quehaceres, podría decirle, “Desde luego, cuando

limpias tu cuarto, “ en vez de “Claro que no, hasta que...” Declare la regla en forma positiva: “Camina cuando estés en la casa” en vez de “No corras en la casa.” Declarar las instrucciones en forma positiva ayuda a los niños aprender cómo comportarse.

- **Usar frases que empiezan con “Yo”.** Cuando Ud. hable a un niño de su mala conducta, dígame cómo se siente. Podría decir, “Tengo miedo cuando la puerta no está cerrada con llave porque pueden entrar a robar nuestras cosas. Por favor, no te olvides cerrar la puerta con llave cuando entres.” Al emplear una frase empezando con “Yo”, podría ayudar quitar el enfoque del comportamiento del niño. Frases que empiezan con “Yo” también ayuda a los niños relacionar las acciones de ellos con los sentimientos de Ud., lo cual les ayuda ser más compasivos con otras personas.

- **Sorprender a sus nietos portándose bien.** Cuando sus nietos hagan algo que le haga sentir orgulloso, hágalos un cumplido. Empéñese por decir a su niño por qué Ud. está tan contento con su conducta . Diga específicamente lo que haya hecho el niño para complacerle. Ponga énfasis en el comportamiento del niño, no en el niño mismo. Podría decir algo como “Gracias por limpiar tu cuarto cuando no te lo pedí”, lo cual es mucho más eficaz que sólo decir “¡Eres una niña tan buena!”

### Resumen

La disciplina de sus nietos es un proceso continuo. Al fijar e imponer pocas reglas claras, sus nietos aprenderán comportarse correctamente. Además, al comunicar positivamente y elogiar su buen comportamiento, Ud. les enseña controlar su propia conducta tanto en la casa como cuando Ud. no esté.

---

Puede que las herramientas y tácticas que funcionen para un niño no sean eficaces para otro.

---

### Referencias

- Dinkmeyer, D. & McKay, G. (1998). *STEP (Systematic training for effective parenting)*. Circle Pines, MN: American Guidance Service.
- Pitzer, R. L. (1995). *Positive parenting*. University of Minnesota: Minnesota Extension Service.
- Porter, L. (2000). *Behavior in schools: Theory and practice for teachers*. Buckingham, England: Open University Press.

---

Adaptado y publicado por Diane Bales, Especialista de Extensión en el Desarrollo Humano, de una serie de publicaciones desarrollado originalmente por Sam Quick, Servicio de Extensión en la Universidad de Kentucky. Gracias a Caroline Bookout, Kate Fogarty, Emily Purvis-Montford y Bowden Templeton por ayudar a escribir y editar la serie "Abuelos Que Crían a los Nietos."

LA UNIVERSIDAD DE GEORGIA Y LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE FT. VALLEY, EL DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DE LOS EEUU Y CONDADOS COOPERADORES DEL ESTADO. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad.

CHFD-E-SP-59-14

junio de 2005



UNA ORGANIZACIÓN PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDAD/ ACCIÓN AFIRMATIVA COMPROMETIDA A PROCURAR DIVERSIDAD EN SUS EMPLEADOS.

Emitido para el avance del trabajo realizado por Extensión Cooperativa, Actos del 8 mayo y 30 junio, 1914, con la cooperación de la Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente de la Universidad de Georgia y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Scott Angle, Décano y Director