

## ¿Se debe castigar a los/las hijos/as?

Por edades, las estrategias a utilizar pueden ser las siguientes:

- **De 0 a 2 años**

A un/una niño/a de 2 años que ha estado pegando, mordiendo o tirando la comida al suelo:

- Se le debería explicar por qué es inaceptable su comportamiento.
- Llevarle a otro espacio ("*tiempo fuera*"), como una silla en la cocina o el primer peldaño de las escaleras y dejarle allí un par de minutos para que se calme (más tiempo no es recomendable con niños tan pequeños).
- Asegurarse de ser un buen ejemplo para los/las hijos/as.

- **De 3 a 5 años**

A medida que el/la hijo/a va creciendo y empieza a entender la relación entre las acciones y sus consecuencias conviene informarle sobre las normas de la casa. Por ejemplo, cuando utilice las ceras de colores para "*decorar*" la pared del salón:

- Explicarle por qué no está permitido pintar en las paredes y qué sucederá si lo vuelve a hacer.
- Decirle que si vuelve a pintar tendrá que ayudar a limpiarlo y que no podrá utilizar las ceras de colores durante el resto de la tarde.
- No hay que olvidar recompensarle la buena conducta, es decir, para este caso, cuando pinte en el papel.
- El "*tiempo fuera*" también es útil en esta edad.
- Se debe indicar a los/las hijos/as no sólo lo que no se puede hacer, sino lo que es correcto.

- **De 6 a 8 años**

- Se puede utilizar el "*tiempo fuera*".
- Informarle de las consecuencias de su mala conducta.
- Cumplir la palabra a la hora de llevar a cabo un castigo, ya que debe saber que los padres/madres cumplen lo que dicen.
- Por ello, se deben evitar castigos imposibles o poco realistas (por ejemplo: "¡vuelve a dar un portazo y jamás volverás a ver la televisión!").

- **De 9 a 12 años**

- Hay que enseñarles a asumir las consecuencias de su comportamiento. Por ejemplo, si su hijo/a de 11 años se va a dormir sin haber hecho los deberes ¿debería prohibirle acostarse hasta que los acabe o ayudarle a acabarlos?. Probablemente, no, ya que estaría desperdiciando una oportunidad para enseñarle las consecuencias de su comportamiento. Si no acaba los deberes, tendrá que ir a la escuela al día siguiente sin haberlos hecho y cargar con las consecuencias de que le pongan una mala nota.

- **A partir de 13 años**

Un adolescente necesita que le pongan límites sobre los deberes, la visita de los amigos, la hora de volver a casa por las noches y las citas. Estos límites deben ser explicados claramente y con suficiente antelación para que no haya malentendidos.

Se les debe permitir, también, cierto grado de control sobre su vida (ropa, peinado, qué poner en la habitación, etc.). Con la edad se irá modificando el grado de control que se le ofrece.

También es importante centrarse en lo positivo, por ejemplo, se puede retrasar la hora para volver a casa por las noches cuando el adolescente ha cumplido durante un tiempo los límites puestos, en vez de adelantársela como castigo por un comportamiento irresponsable.

## **RESUMEN**

Los conflictos en la familia son frecuentes, además, no resulta sencillo afrontarlos, tanto con los pequeños como con los adolescentes. En este espacio se recomienda abordarlos desde la serenidad y desde el entendimiento de que el diálogo, la escucha, la tolerancia y la empatía representan las herramientas educativas más adecuadas para su solución.

Dra. Ainhoa Manzano Fernández

Dr. Juan Luis Martín Ayala

ETXADI

Familia-Psikologia Unibertsitate-Zentroa

Centro Universitario de Psicología de la Familia