

# DANDO CONSECUENCIAS EFECTIVAS A LOS HIJOS E HIJAS

By: <https://www.empoweringparents.com/article/how-to-give-kids-consequences-that-work/>



## 1. Utilice las consecuencias, no los castigos

Una consecuencia es algo que se deriva naturalmente de la acción, inacción o mala decisión de una persona. Una consecuencia tiene la intención de enseñar o modificar el comportamiento de una manera positiva. Se diferencia de un castigo en que un castigo es retribución. Un castigo "se venga" de alguien por algo que hizo, con el objetivo de lastimar a esa persona. Es muy tentador aplicar un castigo severo cuando su hijo ha violado una regla. Si no es por otra razón, es posible que se sienta obligado a enviar el mensaje: "Soy tu padre. Tienes que escucharme ". Desafortunadamente, los castigos no son una forma efectiva de cambiar el comportamiento, ni tampoco una forma constructiva de reafirmar su autoridad paternal.

## 2. Hacer consecuencias orientadas a tareas

Una consecuencia orientada a la tarea está relacionada con la infracción y define un objetivo de aprendizaje. Por ejemplo, si su hijo se quedó fuera después del toque de queda, la próxima vez que salga tendrá que venir una hora antes para demostrarle que puede hacerlo. Cuando ella le demuestre que puede hacerlo, puede volver a su horario normal de toque de queda. Por el contrario, castigarla durante un mes no es una tarea que le enseñe a respetar el toque de queda. Simplemente los pone a usted ya su familia a través del dolor y el niño no aprende nada.

No puede castigar a su hijo para que se comporte mejor. Olvídate de los castigos exagerados o las reglas ineficaces porque terminarás en una lucha de poder. Las consecuencias correctas en realidad motivan a tu hijo a comportarse bien. Ellos le devuelven el control y le enseñan a su hijo cómo resolver problemas, brindándole las habilidades necesarias para ser un adulto exitoso.

### 3. Haga que las consecuencias sean específicas al tiempo

Tiempo específico significa que su hijo tiene un cierto período de tiempo durante el cual necesita realizar estas tareas. El período de tiempo debe ser lo suficientemente largo para que su hijo tenga que estirarse, pero no tanto como para que pierda el interés o se rinda. Por ejemplo, no decir palabrotas durante tres días es lo suficiente para que tenga que esforzarse, pero no tanto porque mucho tiempo se siente imposible. Y si su recompensa por tres días exitosos es volver a usar su teléfono, también ha llamado su atención al poner la "moneda" que ella valora a su alcance. Simplemente no es efectivo eliminar privilegios por períodos de tiempo vagos o largos. Si se lleva algo durante tres meses, es una eternidad en la vida de su hijo. Sentirá que todo el asunto es inútil. Además, como padre, es difícil ceñirse a una consecuencia a largo plazo. Pierdes tu determinación, te distraes o simplemente te olvidas.

### 4. Hacer consecuencias relacionadas con el comportamiento original

Relacionado con el comportamiento original significa que la consecuencia está relacionada con el comportamiento que desea que su hijo cambie o mejore. Por ejemplo, si ha incumplido el toque de queda, debe demostrar que puede venir antes durante siete días en una fila antes de elevar el toque de queda para un momento posterior.

### 5. Las consecuencias tienen que ver con el aprendizaje

Las mejores consecuencias son aquellas de las que el niño aprende algo. Si su hijo le falta el respeto a su hermana, una buena consecuencia es decirle que no puede usar el teléfono hasta que le escriba una carta de disculpa. En la carta, él tiene que decirle qué hará de manera diferente la próxima vez que tenga un conflicto con ella. Escribir la carta de disculpa es una experiencia de aprendizaje para él que le permite recuperar su teléfono. De esa manera, no solo está "cumpliendo condena" como un prisionero en una celda de la cárcel. Está completando un acto que le enseña algo.

### 6. Qué hacer cuando las consecuencias no funcionan

¿Qué pasa si su hijo no parece entender el mensaje? ¿No es necesario que la consecuencia sea dura para que se lo tomen en serio? De ningún modo. Recuerde, no se trata de castigar a su hijo. Se trata de fomentar un comportamiento mejorado. Es posible que su hijo necesite tiempo para aprender a comportarse de manera apropiada, pero las consecuencias consistentes y efectivas son la mejor ruta.

Piense en consecuencias como multas por exceso de velocidad. Para algunos conductores, un solo boleto los hace reducir la velocidad. Para otros, se necesitan cuatro boletos y varios aumentos en las tarifas del seguro antes de que finalmente aprendan. Algunos incluso pueden necesitar que se les revoque la licencia por un período de tiempo. Pero eventualmente aprenden siempre y cuando se usen consecuencias consistentes y efectivas. Las consecuencias no ocurren en el vacío. Tienen que encajar con un estilo general de crianza diseñado para producir niños que puedan responder a los límites, cumplir con las responsabilidades y demostrar un comportamiento apropiado para su edad.

Por lo tanto, si una consecuencia en particular no está funcionando y un padre dice: "Tomé su teléfono durante dos semanas y no funciona", ese padre debe ver un par de cosas. En primer lugar, tal vez dos semanas también largo. Tal vez lo que tienes que decirle a tu hijo es esto: "Tomaré tu teléfono hasta que no hagas X durante veinticuatro horas". O: "Si hablas abusivamente con tu hermana, tomaré tu teléfono hasta que no le hablas abusivamente durante cuarenta y ocho horas seguidas. Y cada vez que abusa de ella, empieza de nuevo". Vuelva a la pregunta más importante: "¿Qué quiero lograr?" Si quieres lastimarlo por lastimar a su hermana, entonces toma su teléfono por dos semanas. Pero si lo hace, no espere un mejor cumplimiento de él en el futuro. En cambio, si quiere que su hijo trabaje en su autocontrol y aprenda a no ser abusivo, entonces establezca una tarea como parte de la consecuencia.