

Origen y Consecuencias de la Violencia

¿Como se pueden volver los niños agresivos?

Comportamientos agresivos, como cualquier otro comportamiento, resultan de una combinación de factores individuales del niño y factores en la familia, la comunidad, y en la sociedad.

Factores Individuales

Temperamento; genes biológicos, complicaciones de nacimiento; déficit de atención; madre que usa drogas durante el embarazo

Factores en la familia

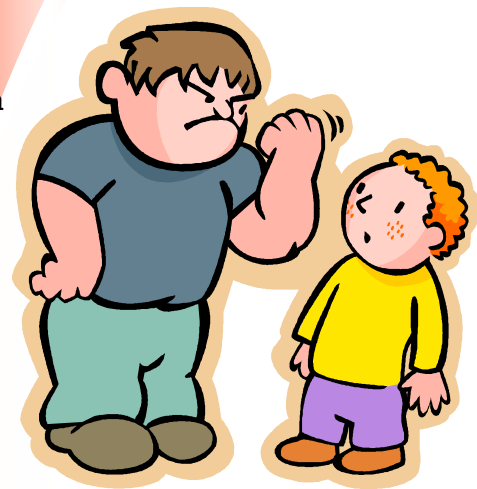
Abuso infantil; padres con depresión; violencia doméstica; padres que no supervisan a sus hijos; acceso a armas; padres ausentes; demasiada televisión y videojuegos

Factores en la comunidad

Violencia en la comunidad; tráfico de drogas; aislamiento; acceso a armas; pertenecer a una pandilla

Factores en la sociedad

Pobreza; discriminación; acceso a armas; violencia en la televisión



Las consecuencias de la violencia en las vidas de los niños pequeños incluyen:



- Aprenden que la violencia es una manera para resolver los problemas.
- Se portan mal con más frecuencia.
- Piensan que el mundo es un lugar peligroso y asustador.
- No confían en la gente.
- Tienen dificultad para concentrarse y les va mal en la escuela.
- Pueden involucrarse con violencia cuando jóvenes o adultos.
- Pueden tener problemas de salud cuando adultos.

¿Sabia Usted que,

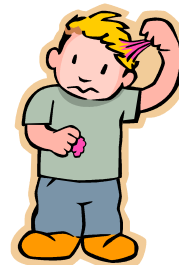
1. Los niños aprenden a base de observar e imitar a las personas que les rodean y también de sus experiencias?



2. La violencia puede ser física, emocional, sexual y que negligencia es también una forma de violencia?



3. Los niños pueden involucrarse con la violencia como víctimas, agresores o testigos?



4. Hay dos formas de violencia?

- **Agresión instrumental:**

Cuando los niños causan daño a alguien para obtener algo que desean

- **Agresión relacional:**

Cuando lastiman a alguien para obtener venganza o para dominar al otro



Qué Hacer Cuando Usted Se Enoja

1. Piense antes de reaccionar
2. Cálmesese
3. Utilice el modelo **REPIENSE:**



Reconozca lo que le ha causado el enojo.

Empatice con los sentimientos de la otra persona.

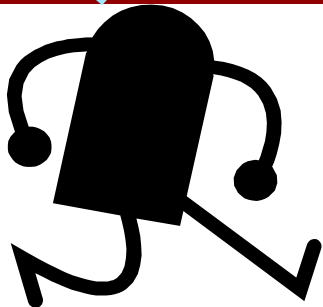
Piense sobre la situación de una manera diferente.

Integre el uso de la primera persona (Yo) para expresar lo que siente.

Escuche lo que la otra persona está diciendo.

Note cómo reacciona su cuerpo cuando está enojado.

 **SE**pa concentrarse en el presente.

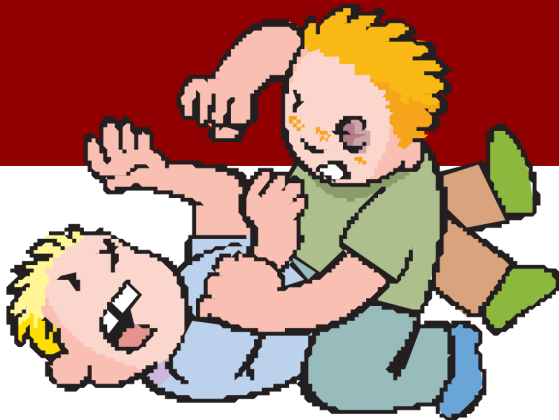


Por qué se enojan los Niños

Bebés (0 a 18 meses)

Se enojan por hambre, dolores, ruido, cansancio, o sobrestimulación.

Ellos lo muestran con el llanto.



Los niños de edad preescolar (3 a 5 años)

Se enojan porque están aprendiendo a compartir las cosas; no les es fácil entender que las otras personas tienen pensamientos distintos a los suyos; no pueden controlar sus emociones aún; aún no utilizan bien las palabras cuando están enojados.

Expresan el enojo con rabietas y también peleando con otros niños.

Los niños pequeños (18 a 36 meses)

Se enojan porque

- (a) creen ser el centro del universo y quieren que se les dé lo que desean inmediatamente;
- (b) se frustran cuando no pueden hacer lo que quieren;
- (c) es difícil para ellos compartir las cosas;
- (d) tienen una fuerte noción de lo que les pertenece;
- (e) todavía no saben hablar correctamente y se enojan cuando los demás no les entienden;
- (f) tienen dificultad para controlar sus emociones.

Expresan el enojo con rabietas y pueden causar daños a otros.

Los niños entre las edades de 6 y 8 años

Pueden enojarse cuando ven algo injusto; cuando se sienten rechazados, criticados, discriminados o incomprendidos.

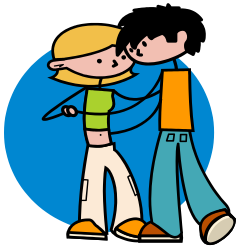
Expresan el enojo causando daños a otros para obtener venganza y dominio. Pueden usar palabras para intimidar a otros.

Qué Pueden Hacer los Padres Cuando los Niños se Enojan y Pelean

1. Ayude a los niños a calmarse.

2. Separe a los niños.

3. Ayúdeles a pensar por qué están enojados.



4. Ayude a que cada niño piense cómo se está sintiendo el otro.

5. Explíquelo a los niños cómo usted se siente con la situación.



6. Ayude a los niños a escoger la mejor solución para la situación.

7. Elogie a los niños cuando resuelven el conflicto sin usar la violencia.



8. Explíquelo a los niños que es normal enojarse pero no es aceptable herir a otra persona.

Cómo Ayudar a los Niños a Expresar Su Enojo



1 Utilice la Rueda de los Sentimientos (*) para ayudar a su hijo a aprender sobre las diferentes emociones y las situaciones que las causan.

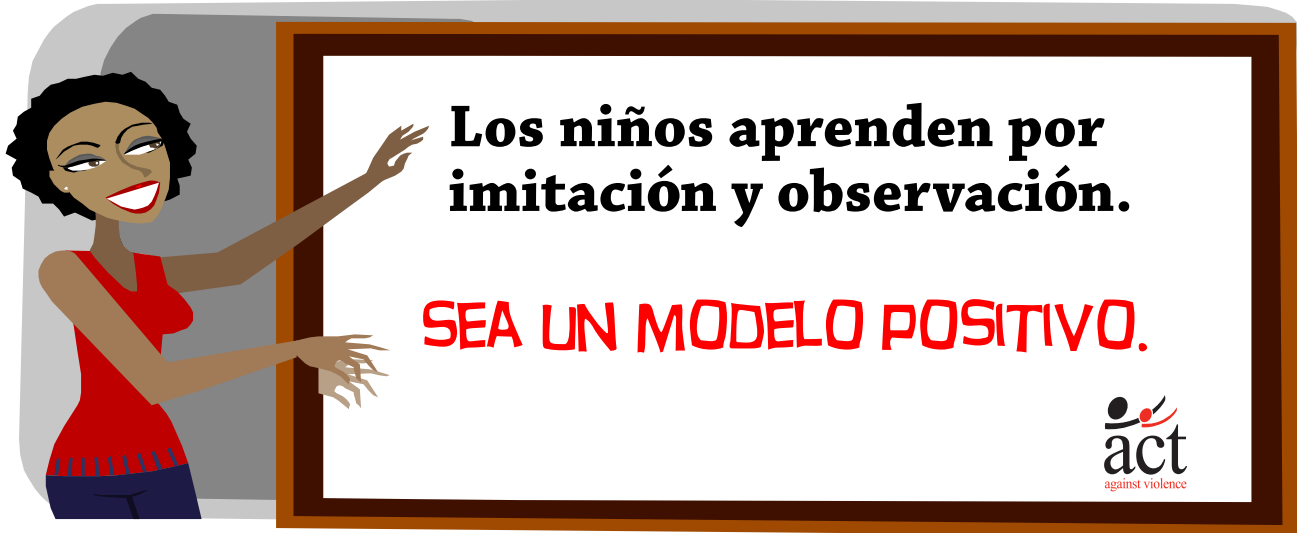
2 Ayúdele a reconocer lo que pasa con su cuerpo al enojarse.

3 Dígale que siempre use palabras y no las manos para expresar sus sentimientos acerca de las personas y de las situaciones.



4 Cree una situación imaginaria con muñecos o animales de peluche en que hay una pelea entre niños. Háblele a su hijo de la situación y de sus sentimientos.

(*)SOURCE: PBS KIDS



- 1. Reconoce cuándo está enojado, frustrado o simplemente cansado...**
- 2. Aprenda a controlar su propio estrés y enojo...**
- 3. Comenta con otros acerca de sus propias ideas y sentimientos de manera respetuosa...**
- 4. Soluciona sus disputas y problemas diarios por medio diálogo, las palabras y no la violencia...**
- 5. Habla en alto para sí mismo acerca de un problema y de la solución para el mismo...**



Identifique el problema y los sentimientos de las personas implicadas en el conflicto.

Determine las posibles soluciones o alternativas al problema.

Evalúe todas las posibles opciones para resolver el problema.

Actúe optando por la mejor opción.

Logre aprender de lo que hizo para resolver el problema.

Se basa en la idea de que los niños se portarán mejor si se sienten mejor.

**La disciplina ayuda a los niños a:
Calmarse**

- Aprender a solucionar problemas y conflictos
- Aprender a controlar su enojo
- Controlar sus emociones
- Saber qué comportamientos se espera de ellos



Se basa en la idea que los niños necesitan sentirse peor, sentir dolor, humillación y vergüenza para aprender a cómo comportarse.



Controla el comportamiento por medio del miedo y del poder.

Enseña a los niños a esconder o a mentir cuando cometen errores o se portan mal.

**Se enfoca en los comportamientos negativos.
Hace que los niños sean rancorosos y agresivos.**

Padres Autoritarios

Los padres son inflexibles, exigentes y severos cuando se trata de controlar el comportamiento. Tienen muchas reglas. Exigen obediencia y autoridad. Están a favor del castigo como forma de controlar el comportamiento de sus hijos.

Entonces los niños tienden a ser irritables, aprensivos, temerosos, temperamentales, infelices, irascibles, malhumorados, vulnerables al estrés y sin ganas de realizarse.



Padres con Autoridad

Los padres son cariñosos y ofrecen su apoyo al niño, pero al mismo tiempo establecen límites firmes para sus hijos. Intentan controlar el comportamiento de sus hijos a través de reglas, diálogo y razonamientos con ellos. Escuchan la opinión de sus hijos mismo sin estar de acuerdo.

Entonces los niños tienden a ser amistosos, enérgicos, autónomos, curiosos, controlados, cooperativos y más aptos al éxito.

Padres Permisivos

Los padres son cariñosos, pero relajados y no establecen límites firmes, no controlan de cerca las actividades de sus hijos ni les exigen un comportamiento adecuado a las situaciones.

Entonces los niños tienden a ser impulsivos, rebeldes, sin rumbo, dominantes, agresivos, con baja autoestima, auto-control y con pocas motivaciones para realizarse con éxito.



Padres Pasivos

Los padres son indiferentes, poco accesibles y tienden al rechazo; y a veces pueden ser ausentes.

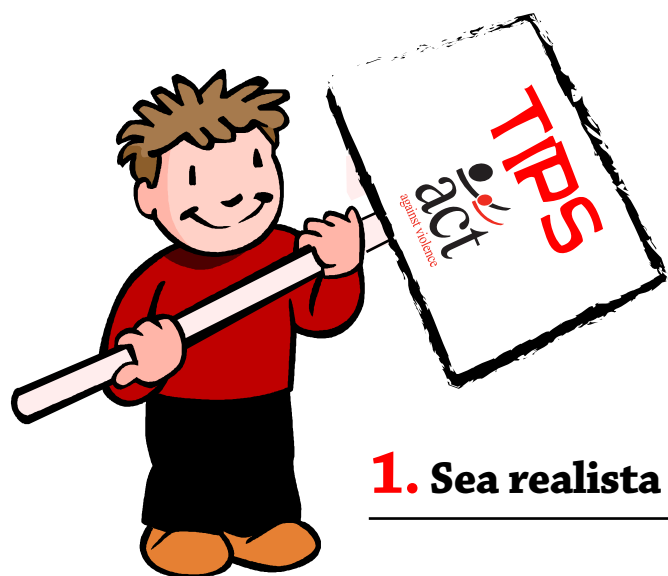
Entonces los niños tienden a tener poca autoestima, poca confianza en sí mismos, poca ambición y buscan, a veces, modelos inapropiados a seguir para sustituir a los padres negligentes.

Cómo Prevenir Los Comportamientos Difíciles



- 1. Usar siempre palabras, abrazos y besos para reconocer cuando los niños se portan bien.**
- 2. Retirar del alcance de los niños objetos peligrosos o que no son para niños.**
- 3. Tener siempre juguetes y cosas divertidas en casa, en el coche, en su bolso y cuando van de viaje.**
- 4. Planear actividades con ellos teniendo en cuenta las necesidades de los niños.**
- 5. No poner a los niños en situaciones para adultos.**
- 6. Evitar situaciones que fomenten comportamientos negativos.**
- 7. Utilizar situaciones diarias para recordar sus reglas de comportamiento a los niños.**
- 8. Enseñar a los niños los comportamientos esperados a cada edad.**

Sugerencias Para Una Disciplina Eficaz



1. Sea realista y espere que los niños se comporten como niños.

2. Elija unas pocas reglas sencillas, pero importantes y explíqueselas a su hijo con regularidad

3. Explíquelo al niño como debe comportarse usando pocas palabras e de manera firme y clara.

4. Demuestre con su ejemplo cómo controlar el enojo.

5. Utilice palabras – no la violencia – para disciplinar sus hijos.

6. Use positive discipline methods to teach good behaviors to your child.

7. No haga que su hijo se sienta mal cuando no se porta bien.



Atención!

Los métodos de disciplina deben variar según la edad y etapa de desarrollo del niño

Del nacimiento a los 3 años de edad

Siempre supervise sus hijos.

Detenga el comportamiento negativo con voz clara y firme.

Distraiga a su hijo con otras cosas.

De 3 a 8 años de edad

- Explique repetida veces sus reglas y los comportamientos esperados.
- Dé una orden a la vez de forma clara y corta.
- Ignore los comportamientos que no son peligrosos.
- Distraiga al niño con cosas diferentes.
- Use las palabras “cuando” y “entonces” como recordatorio y no como amenaza.
- Use tiempo fuera (time out) para calmar a los niños: Use 1 minuto para cada año de edad.
- No haga caso del niño durante su tiempo aparte.
- Use consecuencias lógicas y naturales para enseñar sobre consecuencias.
- Uselas inmediatamente después del comportamiento negativo. **Ejemplos:**
 - a) Un niño rompe un juguete y no se le da otro.
 - b) Un niño pinta la pared, consecuentemente tendrá que limpiarla.

Retirar privilegios de acuerdo a la edad del niño. Por ejemplo:

A los 3 años: Si pelea repetidamente en el parque, pierde el privilegio de ir al parque.

A los 4 años: Si bota la muñeca de su hermanita en el basurero, no puede jugar con los juguetes de la hermana.

A los 5 años: Si le escupe a su hermano mayor, no se le lee un cuento antes de acostarse.

A los 6 años: Si destroza un rompecabezas de su hermano, quedase en la casa mientras el hermano va al jardín.

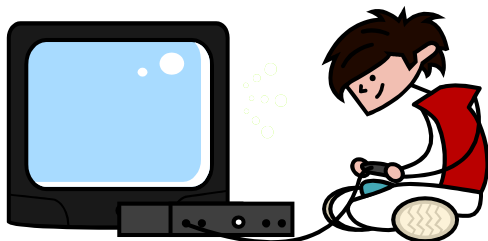
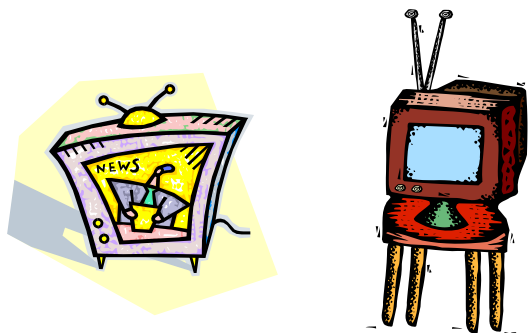
A los 7 años: Si contesta los padres con falta de respeto, no mira su programa de televisión favorito.

Televisión

- Hace los niños más agresivos
- Aumenta el miedo y la desconfianza
- Presenta a heroes violentos que los niños imitan
- Muestra que la violencia es OK.
- Los niños:
 - Usan menos de su imaginación
 - Tienen menos contactos directos con otras personas
 - Menos juegos de fantasía

Video juegos

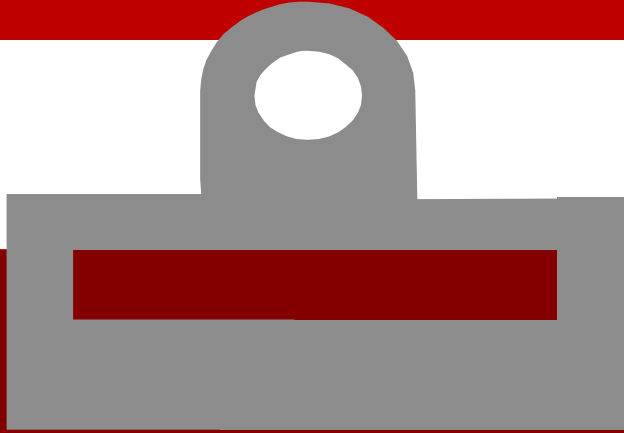
- Aumenta la adrenalina en el cuerpo
- Niños son hipervigilantes
- Reacciones sin pensar
- No hay altos niveles de raciocinio
- Apatia emocional
- Excitación lleva al estrés
- Reacciones al estrés basadas en el “luchar” o “huir”



Noticieros

- Pérdida de la sensación de seguridad
- Pérdida de la sensación de bienestar emocional
- No entienden la lógica y los motivos de lo que miran
- Enfocan en lo más saliente de lo que ven o escuchan
- Asocian lo que ven y escuchan con lo que conocen

Controle Lo Que Sus Hijos Ven y Con Qué Juegan



Siga las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría y no deje que su hijo menor de 2 años vea la televisión.

Limite el número de horas diarias que sus hijos pueden pasar con la televisión, los juegos y la computadora.

Permita que sus hijos vean la televisión y jueguen a los videojuegos sólo después de cumplir las tareas y las responsabilidades familiares.

Mantenga las televisiones, las computadoras y los videojuegos fuera de las habitaciones. Así la supervisión va ser más fácil.

Explique a sus hijos cuáles son los programas y juegos que ellos pueden ver y jugar, los motivos.

Vea la televisión o juegue a los videojuegos con sus hijos lo máximo posible.

Siempre hable con sus hijos cuando ellos tienen miedo o están asustados con algo en la televisión o en una película.

Evite al regalar juguetes violentos a sus hijos o a otros niños.

Enseñe Dando Ejemplo

Piense en voz alta y diga algo como "No voy a ver este programa: es demasiado violento" o "No me gusta ver cómo la gente se hace daño, incluso cuando es de mentira", y luego cambia el canal a un programa no violento.

No se sienta a ver programas inapropiados de violencia en la televisión cuando sus hijos estén presentes. Prográmese horas limitadas de ver la televisión.



Apague el televisor cuando la violencia de un programa sea evidente; llévase a su hijo a hacer otras cosas que le gusten.

Juegue, lea libros, dibuje, arme puzzles, cante o escuche música con sus hijos para mostrarles que hay alternativas divertidas que la televisión y los videojuegos.





1 Dígales a sus hijos que

Lo que ven en la televisión, video o juegos de computadora nos es real; es fantasía. Las balas, pistolas y cuchillos que se ven por la televisión no son de verdad.

Hable Sobre las Consecuencias de la Violencia

- 2** Explique que:
- La violencia en la vida real sí hace daño a la persona; hay heridas y dolor.
 - La violencia en la vida real puede hacer que la persona pierda amigos y sintase mal.
 - La violencia en la vida real hace la gente sentir miedo, o les enfurece, les entristece.
 - Las pistolas y cochillos de verdad pueden matar o herir a la gente.

Hable Sobre Héroes, Los Buenos y Los Malos

- 3** ¿Quiénes son los malos en la televisión? ¿Qué hacen? ¿Por qué hacen daño y matan a otra gente?
- ¿Quiénes son las personas buenas y los héroes en la televisión? ¿Qué hacen?
- ¿Quiénes son las personas buenas y los héroes en nuestra familia y en el vecindario? ¿Ellos son diferentes de los héroes de la televisión?
- Hable sobre los verdaderos heroes: ellos son personas valientes que hacen cosas buenas pra ayuda a otros y no usan la violencia para resolver problemas.

Comparta Sus Reglas Con Otros Adultos

- 1** Comparta con otros familiares, vecinos y amigos lo que usted ha aprendido acerca de la violencia en los medios de comunicación y su impacto en el comportamiento de los niños.
- 2** Comunique a sus familiares, niñeras, y otros adultos sus reglas acerca de cuando y cuanto sus hijos pueden ver la televisión y los juegos con qué pueden jugar.
- 3** Anime a sus familiares y amigos que apoyen a sus reglas acerca de la televisión y juegos cuando sus hijos vayan a sus casa.

