



CASTIGOS

Vamos papear essa semana, um cadinho sobre castigos?

- 1) Eles são necessários?
- 2) De que forma? Quando? Por que?
- 3) Acrescente sua opinião - fundamentando-a.
- 4) Estou colocando abaixo um texto informativo, comente-o , fundamentando com base na DE.

O Castigo como Técnica de Disciplina

O castigo consiste em isolar imediatamente a criança em um lugar afastado sempre que ela se comportar mal. O tempo que se passa sozinho serve para pensar, para refletir e para se acalmar. A vantagem é a possibilidade de um tempo para tanto a criança como os pais poderem se acalmar e voltar a controlar suas emoções.

Quando usado de maneira correta e repetida, a técnica pode mudar quase todos os comportamentos infantis. O castigo de ficar sozinho é a consequência mais eficaz para as crianças pequenas e em idade pré-escolar com mau comportamento - muito melhor que palmadas e gritos. Cada pai deve aprender a colocar seu filho de castigo.

O castigo é mais eficiente em comportamentos agressivos, perigosos e intempestivos que não possam ser olvidados. O castigo é necessário para a maioria das birras. Não será necessário, entretanto, até que a criança complete 8 meses e comece a engatinhar. Raras vezes será necessário a aplicação de castigo em crianças menores que 18 meses porque elas geralmente respondem bem à desaprovação verbal. As idades adequadas para aplicar o castigo são de 2 a 4 anos. Nestes anos as crianças respondem muito melhor às ações que as palavras.

Como escolher um lugar para o castigo

Um local para o castigo

Quando se escolhe um local este deve ser usado sempre. Deverá ser um local entediante de frente para uma parede ou muro. Não permita que a criança leve nada consigo, nem brinquedo, nem chupeta, nem bichinho, nem cobertor. A criança não poderá ver TV nem outras pessoas nesse lugar. Coloque-a de preferência sentada numa cadeira com braços bem pesada. Quando se coloca a

criança num cantinho, a cadeira cerca a criança. Deixe pouco espaço para as pernas fazendo com que ele desista da idéia de escapar. Outras alternativas podem ser colocá-la de pé em um determinado canto, sentar-se em um ponto específico do chão, ou ficar no cercadinho (se a criança não tiver idade suficiente para fugir dele).

Geralmente a cadeira é colocada em um corredor ou quarto ao lado. Algumas crianças menores de 2 anos temem a separação e precisam que a cadeira de castigo (ou cercadinho) estejam no mesmo cômodo que os pais. Neste caso evite o contato visual.

Um quarto para o castigo

As crianças que se negam a ficar quietas numa cadeira de castigo precisam ser colocadas num quarto separado. É mais fácil controlar um cômodo. Este deve ser seguro para a criança e não deve ter objetos de valor. O quarto da criança freqüentemente é o local mais adequado para o castigo. Ainda que os brinquedos estejam no quarto, a criança não vai brincar com eles a princípio porque está chateada. Proíba ligar som, TV e videogames durante a castigo. Evite lugares escuros ou que provoquem medo (sótãos), que tenham água quente (banheiros), ou tenham arquivos ou livros que a criança possa mexer.

O castigo fora de casa

O castigo pode ser usado com eficácia em qualquer lugar. No supermercado, as crianças menores podem ser colocadas nos carrinhos de supermercado, os maiores talvez possam ser colocados de pé num canto. Nos shoppings, as crianças podem ficar de castigo num banheiro ou num banco. Algumas vezes uma criança precisa ser levada ao carro para ficarem sentadas no chão do banco de trás por alguns minutos. Se a criança estiver fora de casa e se comportar mal, mande-a ficar de pé de frente para uma árvore.

Como administrar o Castigo

Decidir quanto tempo

O castigo deve ser suficientemente curto para permitir que seu filho tenha muitas oportunidades de repensar a situação que o colocou de castigo e aprender um comportamento aceitável. Uma boa regra geral é um minuto por ano de idade (com um máximo de 10 minutos). Depois da idade de 6 anos, para a maioria das crianças você pode dizer a ela que está de castigo "até que se comporte", deixando-as escolher quanto tempo ficar. Se o comportamento problemático voltar a acontecer, recomenda-se que os tempos sejam o prescrito para sua idade.

Pode ser útil colocar um relógio com alarme para marcar os minutos

necessários. Os melhores são os que têm barulho constante e alarme ao final do tempo. O relógio também vai impedir que a criança fique perguntando se já pode sair.

Mande-o para o castigo

As crianças maiores geralmente vão para o castigo sozinhas. Os menores precisam ser levados pelo braço ou até mesmo carregados. Se a criança não for para o castigo em 5 segundos, leve-a. Use apenas uma frase para mandar.

Se possível explicita o comportamento que você prefere (como:

"comporte-se"). Estes breves comentários dão a seu filho algo para pensar enquanto ele estiver a sós.

Exigir comportamento silencioso durante o castigo

O requisito mínimo para terminar o castigo é que seu filho não saia da cadeira ou do quarto até ter transcorrido o tempo do castigo. Se seu filho abandonar o lugar antes do tempo, volte o tempo do alarme.

Alguns pais não dão o castigo por terminado a menos que a criança tenha ficado em silêncio durante todo o tempo. Contudo, até 4 anos, muitas crianças não estão dispostas ou não podem ficar em silêncio. Não faça caso com as birras durante o castigo, da mesma forma que não deve dar atenção às birras em outras situações. Depois dos 4 anos, o silêncio é preferível, mas não é requisito. Você pode dizer a seu filho, "O castigo é para você pensar, e para pensar você precisa ficar em silêncio. Se fizer barulho, o tempo de castigo começa de novo."

Administração dos problemas no quarto

Se seu filho fizer bagunça no quarto, deverá limpá-lo antes de terminar o castigo. Os brinquedos quebrados devem ser consertados. Pode evitar parte disso retirando tesouras e lápis do quarto antes de começar o castigo.

Liberação do castigo

Para ficar liberado, seu filho deverá ter cumprido tempo de castigo com êxito. Isso significa que a criança ficou quieta durante os minutos necessários. Seu filho pode sair do castigo quando o alarme do relógio disparar. Se não tiver um relógio, você vai determinar quando acabou o castigo. Muitos pais com crianças maiores de 4 anos exigem que seus filhos fiquem em silêncio ao final do castigo. Se a criança continuar fazendo barulho quando o relógio bater, ela deve voltar por mais 1 minuto.

Planos de ação secundários

A criança menor que se nega a ficar quieta quando está de castigo

Geralmente se a criança foge do castigo (levanta da cadeira ou sai do

lugar), você deverá rapidamente levar seu filho de novo ao castigo. Volte o relógio a posição inicial. Este enfoque funciona para a maioria das crianças. Se uma criança nega-se a ficar quieta no castigo, o pai deverá tomar uma medida em vez de discutir ou bater na criança. Talvez seja preciso obrigar temporariamente a criança a ficar de castigo. Obrigar a criança ao castigo vai ensiná-la a entender que você fala sério e que ela deve obedecer. Coloque seu filho numa cadeira de castigo e balance-o pelos ombros. Faça de conta que não se incomoda e está pensando em outra coisa ou ouvindo música. Seu filho certamente vai parar de fugir após uma semana desse procedimento.

Um último recurso para as crianças pequenas que continuam resistindo a se sentar na cadeira é colocá-los num quarto trancados. Ocasionalmente, um pai que tenha habilidades de carpintaria pode instalar uma meia porta. Você pode colocá-lo sob porta fechada para cumprir o tempo de castigo. Se preferir, pode colocar uma trava que permita que a porta fique trancada por apenas um período de tempo. A maioria das crianças precisa ser trancada apenas umas duas ou três vezes.

A criança maior que se nega a permanecer de castigo

Geralmente, qualquer criança maior de 5 anos que não aceite o castigo rapidamente dever ser considerada teimosa. Primeiramente deve prolongar o castigo, com um minuto adicional para cada minuto de demora. Em segundo lugar, se passarem-se 5 minutos sem que a criança vá para o castigo, proíba-a de sair. "Castigo com restrições" define-se sem TV, rádio, som, videogames, brinquedos, telefone, brincadeiras fora de casa, lanche ou visita de amigos. Depois disso, volte-se andando e não fale mais com ele.

Seu filho fica livre do castigo com restrições somente depois do castigo regular e mais 5 minutos das restrições. Se seu filho rechaçar as restrições, você pode mandá-lo para a cama 15 minutos mais cedo para cada vez que descumpra os requisitos do castigo. A criança cujo comportamento não melhora com este enfoque em geral deve ser submetida a uma avaliação de um profissional de saúde mental.

Como praticar o castigo com seu filho

Se você não usou este tipo particular de castigo anteriormente, fale com seu filho antes de começar. Diga que isso vai ficar no lugar das palmadas, dos gritos e outras formas de disciplina. Aponte os comportamentos negativos que resultaram no castigo. Fale do comportamento positivo que você prefere.

Depois faça de conta que seu filho descumpriu uma regra. Fale com ele dos

passos do castigo para que ele compreenda as instruções quando mandá-lo

ficar de castigo no futuro. Ensine a mesma técnica a babá.

Procure ajuda médica se:

- Seu filho reclamar durante o castigo.
- Seu filho sair de casa correndo para evitar o castigo.
- For preciso manter a criança no quarto com a porta fechada por mais de 1 semana.
- Seu filho precisar da porta fechada a chave a noite por mais de uma semana.
- Seu filho se negar a terminar o castigo mesmo tendo se passado 3 dias e cooperar com o castigo após 1 mês de uso dessa prática.
- Seu filho tiver muitos outros problemas de comportamento.

Copyright © 1999 Clinical Reference Systems