

CÀSTIGS? PREMIS? O CAP DE LES DUES COSES?

ELS CÀSTIGS

- Els **càstigs** els utilitzarem per coses sèries que atemptin als **valors**, no tant per hàbits o conductes quotidianes.
- Abans de posar un càstig, cal alimentar la **comunicació** amb el nostres fills/es (no només vol dir parlar, sinó també serveix un gest, una mirada...).
- Hem de recórrer al càstig quan no hem posat clarament els límits. El càstig, aleshores, l'utilitzem perquè ens costa exercir la nostra autoritat.
- Els càstigs i els premis **no poden ser una acció quotidiana**. Només tenen utilitat si es fan servir de forma puntual.
- Ens hem d'esforçar en buscar un model menys agressiu per marcar els límits.
- Sovint quan castiguem **projectem** molta de la nostra ràbia, del cansament que portem acumulat de la feina, d'un mal dia....
- A vegades estem castigant la frustració de la nostra expectativa: volem nens/es que es portin bé, que no molestin, que facin cas... (el fill perfecte!); com que això normalment no succeeix, fem ús del càstig.
- Serveixen per **corregir un comportament inadequat** que no es pot passar per alt
- Els càstigs no es poden improvisar i s'han de pensar prèviament (per exemple, no dir "no aniràs de colònies", ja que segur que no el deixarem sense anar-hi)
- Per si sols no serveixen, han d'anar acompanyats de reforç positiu: mostrem-li clarament el què esperem d'ell/ella, i felicitem-lo, si ho compleix.
- Han d'estar avisats prèviament i castigats immediatament
- No poden ser la forma habitual de corregir comportaments.
- Han d'ésser eficaços i **possibles de complir**.
- Si nosaltres estem molt alterats, és preferible esperar, perquè sinó posarem un càstig desmesurat.
- Com a alternativa al càstig, la **indiferència** pot funcionar
- Cal fer ús de la coherència i saber mantenir-los:
 - No utilitzar amenaces que no complim
 - No posar càstigs massa llargs
- Si el nen viu sempre castigat... acabarà sent ell el castigador

ELS PREMIS

- Els **premis** serveixen molt més per **reforçar la conducta positiva** que esperem d'ells.
- Han d'entendre amb claredat quina és la conducta que s'espera d'ells:
 - No s'ha de dir: "és que no fas mai cas..."
 - Sinó insistir en l'ordre concreta: "si us plau, para la taula"
- Els premis han de ser **immediats i prèviament acordats**. I de mica en mica, cal anar distanciant les recompenses. També va bé canviar el premi, per tal que no perdi interès.
- Tipus de premis:
 - a) Afectius: una abraçada, "*com es nota que et fas gran*"...
 - b) Materials: objectes, diners...
 - c) Alliberadors: deslliurar-los, per un dia, d'una tasca pesada
- Cal valorar l'esforç i les millores
- Són més efectius que els càstigs

Així doncs, els càstigs funcionen...

- Com a últim recurs
- Quan queda clar el motiu pel qual estan castigats
- Quan es posen sempre en el moment en què es produeix la conducta, i no depenent dels canvis d'humor nostres.
- Si van acompanyats d'una alternativa
- Si sancionem les accions que són incorrectes, NO a la persona (hem de cuidar l'autoestima del nen/a).
- Però no s'han d'associar a activitats educatives: "*et castigaré a fer sumes*"; "*et castigaré a anar a dormir*", etc...

CONCLUSIÓ

- Si hi ha un excés de càstigs o de premis, **obtindrem infants que només es mouen per la por o per l'interès de la recompensa.**