

Hoja de Diálogo:

Consecuencia vs. Castigo

Propósito: Esta hoja ayuda a los padres a hacer la transición de un lenguaje que avergüenza, culpa o controla (castigo) a un lenguaje que enseña responsabilidad, competencia y causa y efecto (consecuencia).

Foco BNE: El castigo se centra en la identidad del niño ("Eres malo"). La consecuencia se centra en la acción y la reparación ("La acción causó este resultado").

PARTE I: RESPONDIENDO A UN ERROR O ACCIDENTE (2-6 AÑOS)

Escenario	Frase de Castigo (Se centra en la Vergüenza/Identidad)	Frase de Consecuencia (Se centra en la Acción/Reparación)
El niño derrama leche.	"¡Fuiste descuidado! ¿Por qué no puedes tener más cuidado? Ahora vete al tiempo fuera."	"Ups, la leche necesita ser limpiada. Busquemos la toalla. Esto sucede cuando el vaso está muy cerca del borde."
El niño golpea a un hermano.	"¡Deja de ser malo! No golpeamos a la gente. Eso es algo travieso. Ahora te quito tu juguete."	"Golpear duele. Cuando golpeas, necesitamos tomar un descanso hasta que tu cuerpo esté tranquilo. ¿Quieres revisar si [Hermano] está bien?"
El niño rompe un libro.	"¡Eres destructivo! Siempre arruinas las cosas. Ahora no podremos leer libros por una semana."	"Los libros son delicados. Cuando los rompemos, se estropean. Ahora necesitamos dejar de leer este e intentar reparar la página juntos."
El niño se niega a recoger los bloques.	"Si no recoges ahora mismo, los tiro todos a la basura."	"Los bloques se quedan afuera cuando no los guardamos. Eso significa que se quedarán dormidos en la caja hasta la hora de jugar de mañana."



Hoja de Diálogo: Consecuencia vs. Castigo

PARTE II: ESTABLECIENDO Y HACIENDO CUMPLIR LÍMITES (ANTES DE UNA CRISIS)

Escenario	Frase de Castigo (Se centra en la Amenaza/Control)	Frase de Consecuencia (Se centra en la Elección/Autonomía)
Establecer un límite de tiempo de pantalla.	"Si no me das la tableta cuando te lo digo, no podrás verla mañana."	"Tienes una elección: Puedes entregarme la tableta ahora, o puedes elegir tomar un descanso del tiempo de pantalla mañana."
El niño está corriendo adentro.	"¡Deja de correr en este instante! Si vuelves a correr, te vas directo a tu habitación."	"Correr se hace afuera. Si tus pies necesitan correr, vamos afuera. Si eliges correr adentro, tus pies necesitan un descanso en el sofá."
El niño se niega a ponerse los zapatos.	"¡No vamos a ir a ninguna parte hasta que te pongas los zapatos! Te dejo aquí."	"Salimos cuando tus pies tienen zapatos. Tus pies necesitan zapatos para ir afuera. Esperaremos aquí hasta que estén listos."

LA DISTINCIÓN CLAVE: TU DIÁLOGO INTERNO

Usa esta verificación rápida para evaluar tu frase antes de hablar:

Castigo	Consecuencia
Se centra en...	La Identidad (vergüenza, culpa).
Pregunta...	"¿Por qué eres siempre tan difícil?"
El objetivo es...	Hacer que el niño se sienta mal para que cambie.
Perspicacia BNE	Comunica: "No te acepto a ti."

Consejo Práctico: Cada vez que escuches que vas a decir "¿Por qué tú siempre..." o "Tú siempre...", detente y reemplázalo con una frase que comience con "Esto sucede cuando..." o "Vamos a arreglarlo."