

TEMA 6

DISCIPLINA CON AMOR

La disciplina es un proceso gradual que debe ser enseñado a los niños poco a poco con amor, paciencia y firmeza. Consiste básicamente en guiar a los hijos para que sepan qué está bien o mal, pero requiere una inversión importante de tiempo expresada en criterios de calidad y cantidad, lo que permite conocer los hijos y definir una manera particular de disciplinarlos.

Requiere hacerlo con consistencia, congruencia (practicar lo que se exige) y persistencia.

Disciplina no significa castigo, es “enseñar”. Los padres se constituyen en los primeros profesores.

Frecuentemente los padres disciplinan a sus hijos para protegerlos del peligro. Por ejemplo, un padre puede enseñarle a un niño a no tocar la estufa caliente apartándolo del peligro mientras dice “No, mantente alejado. Puedes quemarte y hacerte daño”.

Los padres deben tener la convicción que ejercer disciplina es una labor importante que está a cargo de ellos. Es el mejor regalo que se puede hacer a los hijos, pues es el camino que lleva a lograr lo que se quiere, tener una sana convivencia, desplegar las habilidades y potenciar lo que se tienen.

Es muy importante definir los valores, hábitos y actitudes que se quieren formar en los niños. Esto implica tener claro y decidir qué es lo realmente importante para la familia en la educación de los hijos. Saber hacia dónde queremos llegar es el punto de partida en el ejercicio de la disciplina. A partir de esto se establecen estrategias para ir aplicándolas en los niños.

Es muy importante identificar el estilo educativo de los padres. Muchas veces se debaten entre el autoritario y el permisivo. La idea es lograr un equilibrio: identificar y transmitir los límites, enseñar las cosas permitidas y las que no, corregir de manera constructiva y positivas las conductas inadecuadas, mostrarles sus errores y las consecuencias de sus actos, evitar los castigos, dar autonomía y reconocer los éxitos para hacerlos sentir a los niños capaces.

Hay que ser firme pero no dominante, y asumir que son los padres quienes deben estar a cargo de los hijos ejerciendo funciones de cuidado, guía y control, pero dentro de una relación de respeto por el niño.



Hay que tener presente que establecer autoridad en casa no es ser inflexible y estricto. Los niños deben reconocer el poder de los padres como un proceso que se construye con una relación amorosa y firme. Es importante hacer exigencias razonables y tener cuidado de no pedir más de lo debido, tener expectativas muy altas puede llevar a los niños a la frustración por no responder a lo que los padres esperan.

CON LAS REGLAS

- Al fijar las normas, recuerde que sean razonables. Es decir, pocas y que el niño pueda cumplir.
- Defina claramente las conductas permitidas y aquellas que no tolerará. Comuníquelas en términos claros y sencillos, de tal forma que resulten comprensibles para su hijo. Hágalo todas las veces que sea necesario
- Determine las sanciones que ocasiona el incumplimiento de las normas establecidas. Si lo considera necesario, discuta con el niño este punto. Así habrá menos posibilidades de que las considere injustas o arbitrarias.
- Explique el porqué de los límites y déjelo dar sus propias ideas. Esto le permitirá al niño desarrollar la autodisciplina y el autocontrol, y no solo la obediencia
- Cuando el niño cometa una falta, muéstrele las consecuencias de su acción y ayúdelo a realizar un acto reparador.
- Revise periódicamente su plan de disciplina para determinar si en realidad el niño está cambiando sus conductas en forma consciente o si algo está pasando.



LA SANCIÓN

- Es aconsejable usar la sanción solo en aquellas conductas que no pueden manejarse de otra manera. Para hacerlo suprímale al niño alguna de sus actividades preferidas como ver televisión o jugar.
- Tenga en cuenta aplicar castigos moderados. La crueldad, además de atentar contra la dignidad del niño, fomenta sentimientos de rencor y origina conductas agresivas y de excesiva rebeldía
- Es clave que el castigo sea inmediato especialmente para los niños más pequeños, pues así entienden mejor la relación entre esa mala acción y las consecuencias que ella trae.
- Castigar unas veces sí y otras no el mismo comportamiento, desorienta al niño y hace que desconfíe de sus padres.

- Sancionar con justicia permite que el niño reflexione sobre su actitud e intente modificarla. Vale la pena aclarar que los niños responden muy poco a las reprimendas, a los gritos y a los insultos. La colaboración y el respeto son eficaces para educar.

PARA QUE FUNCIONE LA DISCIPLINA

- Hágale saber al niño qué es lo que espera de él y la forma como puede cumplir con ello. Si cree que es importante que se encargue de tender su cama, enséñele cómo hacerlo más fácilmente.
- Sea constante y consecuente con las exigencias disciplinarias. Si le prohíbe salir a jugar antes de hacer tareas, no ceda en esto si ha llegado una visita o si no está de ánimo para supervisarlas.
- Establezca acuerdos previos con su pareja acerca de la educación de sus hijos para evitar desautorizarse en presencia de ellos.
- Acuda lo menos que pueda a los regaños, las amenazas o los castigos físicos. Aunque estos controlan los comportamientos negativos, pocas veces los corrigen realmente.
- Tenga en cuenta la edad del niño para establecer los límites, las reglas o las restricciones.
- Los discursos largos y los sermones no son efectivos. Mejor estimule las conversaciones francas y abiertas.
- Sea firme en la negativa a ceder ante las demandas sin razón de los niños o a complacerlos en cada uno de sus caprichos; es importante que aprendan que no siempre pueden hacer su voluntad o satisfacer todo lo que se les ocurra.
- Para ser un buen padre, acuda al sentido común. Esfuércese por conocer a cada uno de sus hijos y con seguridad encontrará la forma más acertada de educarlos.
- Sea un buen ejemplo y testimonio de aquellos valores que usted desea promover en sus hijos.

