
	LICEO CAMPESTRE THOMAS DE IRIARTE "Educando en Valores para Formar Líderes con Calidad Humana"	
	DEPARTAMENTO DE PSICOORIENTACIÓN	
ESTRATEGIAS DE APOYO PARA LA FORMACIÓN DE SUS HIJOS		Grado: 5ª A 11ª
PSICÓLOGA: Elizabeth Macias Rodríguez		FECHA: JULIO DE 2017

COMO EDUCAR CON DISCIPLINA A SUS HIJOS



“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”.¹

El lograr establecer una **disciplina efectiva** requiere de estructura, firmeza, conocimiento, valores, sensibilidad y empatía entre otras cosas. Establece reglas claras y las consecuencias lógicas al acto. Éstas son distintas para cada familia, según la estructura y valores de la misma.

“La idea es lograr un equilibrio: identificar y transmitir los límites, enseñar las cosas permitidas y las que no, corregir de manera constructiva y positiva las conductas inadecuadas, mostrar sus errores y las consecuencias de sus actos, evitar los castigos, dar autonomía y reconocer los éxitos para hacer sentir a los niños capaces. ... 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”.¹

Es así como la **disciplina positiva**, basada en el **respeto** que propone implicar al niño/a fomentando su **autocontrol** y **autoestima**, haciendo de ellos personas responsables y respetuosas.

Cómo educar con firmeza y cariño

La disciplina ha de ser un medio para el desarrollo sano y feliz de los niños, niñas y jóvenes, un camino para **enseñarles a ser autónomos** y responsables, que no perjudique su autoestima y no provoque reacciones negativas. La disciplina positiva tiene como objetivo favorecer la maduración de los niños, niñas y jóvenes, para que sean adultos responsables, autónomos y felices.

Bases de la Disciplina Positiva. 3

- ✓ Colaboración.
- ✓ Responsabilidad y Autonomía.
- ✓ Cariño y comprensión.
- ✓ Comprensión por parte del niño, niña y joven de las normas.
- ✓ Implicación de los niños, niñas y jóvenes.
- ✓ Libertad de actuación.
- ✓ Desarrollo sano y feliz.

Características de una persona disciplinada. 2

- ☞ Es ordenada, eficaz, responsable y de carácter.
- ☞ Manifiesta responsabilidad para organizar su tiempo y está pendiente de cumplir con lo propuesto.
- ☞ Su palabra es sinónimo de garantía y credibilidad.
- ☞ Formas adecuadas de comportarse y actuar (familia, escuela, comunidad). Seguridad en sí mismo
- ☞ Entiende que sus actos tienen consecuencias que actúan con libertad en función de estos conocimientos.
- ☞ El compromiso no es una carga, no se molestan cuando se les pide algo y desarrollan la capacidad de control para lograr sus deseos y metas.
- ☞ Entienden y comparten el sentido de las normas.

Para que funcione la disciplina 1

- ☞ Hágale saber al niño, niña o joven qué es lo que espera de él y la forma como puede cumplir con ello. Enséñele cómo hacerlo más fácilmente.

- ✍ Sea constante y consecuente con las exigencias disciplinarias.
- ✍ Establezca acuerdos previos con su pareja y/o cuidador 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.
- ✍ 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.
- ✍ 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.

La sanción 1

- ✍ Aplicar castigos moderados. La crueldad, además de atentar contra la dignidad del niño, niña o joven, fomenta sentimientos de rencor y origina conductas agresivas y de excesiva rebeldía.
- ✍ La sanción debe ser inmediata, 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, niña o joven y hace que desconfíe de sus padres.
- ✍ Sancionar con justicia permite que el niño, niña o joven reflexione sobre su actitud e intente modificarla.

Con las reglas 1

- 📖 Fijar normas que sean razonables. Es decir, pocas y que el niño, niña o joven 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(a). Hágalo todas las veces que sea necesario.
- 📖 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.

El valor de la **disciplina** será, la clave para tener éxito en todas las etapas de la vida. La disciplina es un entrenamiento que corrige y forma **hábitos** y reglas que nos ayudan a tener éxito en las actividades que realizamos.

Pautas: 3

- ⊗ Entienda a su hijo(a)
- ⊗ Ayúdele a pensar, razonar y decidir su comportamiento de forma racional
- ⊗ Actúe como ejemplo para su hijo(a)
- ⊗ Establezca objetivos de conducta que quiera conseguir, involucrando al niño, niña o joven
- ⊗ Sea firme en sus decisiones, límites y normas pero con amabilidad y cariño
- ⊗ Desarrolle su autonomía
- ⊗ Critique la acción y no a la persona
- ⊗ Enfóquese en las soluciones
- ⊗ Dialogue con el niño, niña o joven



Bibliografía:

1. Como mejorar el comportamiento de sus hijos
<http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-12486393>
2. Cinco tips para fomentar la disciplina en tus hijos.
<http://www.salud180.com/maternidad-e-infancia/5-tips-para-fomentar-la-disciplina-en-tus-hijos>
3. Diez pautas para educar con disciplina positiva
<http://www.educapeques.com/escuela-de-padres/disciplina-positiva-ninos.html>
4. 10 Pautas para educar con disciplina positiva
<https://youtu.be/cafVIZPtfKQ>