



PROGRAMA DE ESCUELA DE PADRES

GUÍA PARA PADRES QUE NO ASISTIERON A LA SESIÓN PRESENCIAL

GUÍA NÚMERO 06 TEMA: EL DIFÍCIL ARTE DE LA DISCIPLINA

NOMBRE DEL PADRE/MADRE: _____ **GRADO:** _____ **JORNADA** _____

Del dicho al hecho, no dejar trecho; educar a nuestros niños exige una reflexión constante sobre nuestros actos y sus consecuencias. Tenemos que reeducarnos, mantenernos alerta y abiertos a la autocrítica, asumiendo el desafío de cambiar y crecer junto con ellos.

Además de una comunicación abierta, amorosa e incluyente, para educar es fundamental establecer normas claras que nos permitan enseñar a nuestros hijos lo que esperamos de ellos y ayudarlos a formar su criterio. Asimismo, estos límites garantizan la seguridad del niño y evitan que corra peligros que por su edad no es capaz de prever. La disciplina proporciona al niño elementos para autorregular su conducta y formar hábitos que le serán útiles durante toda su vida. Al respetar las reglas nos ponemos límites a nosotros mismos, lo que nos hace autónomos y libres.

Cuando nuestras palabras se apoyan en nuestros actos, los niños comprenden que hay una relación directa entre lo que decimos y lo que hacemos y así aprenden a tomar en serio nuestras palabras. Si lo que decimos no corresponde a los hechos, nuestros hijos aprenderán a ignorarlo. No estarán seguros de lo que les estamos pidiendo y pondrán a prueba nuestros límites, midiendo hasta dónde pueden llegar.

Debemos partir de la convicción de que la disciplina no es un peso que cargamos sobre los hombros de nuestros hijos, sino una herramienta de vida indispensable para que ellos asuman su autonomía y para impulsarlos a que tengan éxito en las actividades que emprendan. Procuremos que nuestro "no" sea firme y sereno, sin agresión. Hay papás que educan autoritariamente, por lo tanto, sus límites son inflexibles y sus métodos, castigos severos y poco respetuosos.

El miedo puede ser un medio efectivo de control, pero, aunque los papás logren reprimir en el momento las conductas negativas de sus niños, no les están enseñando a solucionar sus problemas de manera independiente y, por lo tanto, no promueven su responsabilidad ni su autocontrol, además corren el riesgo de humillarlos y herirlos profundamente.

Por el contrario, en el estilo permisivo, que representa el otro extremo, los métodos son respetuosos sólo en apariencia, porque en realidad no se promueve con firmeza el acatamiento de los límites. Aquí los padres entran en eternas negociaciones en las que terminan cediendo por cansancio o estallando en aquella furia autoritaria de la que querían apartarse. Hay que tener presente que los niños, en los padres, buscan padres y no compañeros.



Lo mejor, pues, es hacer respetar, con firmeza, los límites establecidos, utilizando métodos que no lesionen la integridad e identidad de nuestros hijos. No buscar reprimir y castigar sino enfrentar al niño con las consecuencias de sus actos. Los actos tienen consecuencias y si transgredimos una norma tenemos que asumir el costo, además de reparar los daños que hemos causado. Proteger a nuestros hijos de las consecuencias anula su experiencia y su aprendizaje. Conviene distinguir entre las consecuencias llamadas "naturales" y las que son producto de la decisión de los papás.

Las primeras surgen como resultado de una acción concreta del niño: "si sueltas el globo, se va"; "si golpeas el juguete, se rompe"; "si molestas a tus compañeros, no querrán jugar contigo". En estos casos, lo que nos corresponde a los padres es el difícil arte de no hacer nada: dejar que la consecuencia natural enseñe al niño a no soltar su globo, a no maltratar los juguetes y a tratar cordialmente a sus compañeros. Desgraciadamente en ocasiones los padres somos quienes impedimos su aprendizaje al reemplazar el globo perdido, el juguete roto o culpamos a los compañeros que lo rechazan. Las consecuencias producidas por decisión de los papás, consisten en medidas disciplinarias o sanciones que se aplican a los niños cuando hacen lo que no está permitido. Para que estas medidas sean eficaces, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

Imposición inmediata. Si dejamos pasar mucho tiempo entre el hecho y su desenlace, el niño no encuentra la relación entre la conducta y lo que ésta ocasiona.

Aplicación coherente. No podemos enseñarles a no pelear, peleando, a que no griten, alzándoles la voz y a que no peguen, mediante golpes.

Relación lógica. Otra característica importante es que la consecuencia que establecemos, debe estar relacionada de manera lógica con la conducta que la provocó, por ejemplo: "Hasta que termines tu tarea, podrás salir a jugar"; "Como rompiste el balón de tu hermano, le tendrás que dar el tuyo"; "Ayer te tocaba lavar los trastes de la comida y no lo hiciste, hoy lavarás los del desayuno".

No agresión. Las consecuencias sirven para que el niño modifique su conducta. No se trata de agredirlo ni de descalificarlo, sino de sancionar su manera de actuar. Si modifica y repara el daño causado, podemos hacer "borrón y cuenta nueva" para darle la oportunidad de reintegrarse a sus actividades. No hay necesidad de continuar recordándole que hizo mal.

No agravar conflictos. Cuando un conflicto ha provocado mucho enojo en el niño, quizá sea útil que por un rato se aísle de los demás para que así tenga el tiempo y el espacio necesarios para calmarse y aceptar las consecuencias. En ocasiones los padres somos los que necesitamos ese tiempo para no dejarnos llevar por el impulso del enojo y reflexionar sobre cuál es la mejor manera de resolver el problema.



Claridad y consistencia. Hay que asegurarnos que las normas son claras y han sido comprendidas.

En la práctica, es muy importante que las consecuencias se apliquen consistentemente en toda circunstancia, pues no son castigos que dependen del humor de los papás, sino de límites firmes. No sólo queremos que esas normas queden claras, también pretendemos que nuestros hijos vayan comprendiendo la lógica que las inspira y su relación con los valores que asumimos.

Y ¿qué pasa cuándo en casa la disciplina no funciona de manera adecuada?, a continuación, te invitamos a realizar la siguiente lectura:

"Comencé con la marihuana, después las pastillas (éxtasis) y el ácido, haciendo combinaciones de todos los tipos de drogas, hasta el punto de sobredosis para tener viajes más rápidos y largos. Tomé grandes cantidades de estos productos químicos cada día durante dos años hasta que tuve un mal viaje una noche y sufrí una psicosis tóxica. Recé y lloré para que este sentimiento se fuera, oía voces en mi cabeza, sentía escalofríos y no pude salir de casa durante seis meses. Me volví muy retraído y creía que todos me miraban. No podía caminar en lugares públicos. ¡Hombre! Ni siquiera podía conducir.

Acabé sin hogar y viviendo en la calle, dormía en una caja de cartón, pidiendo y luchando para encontrar la manera de conseguir mi siguiente comida".

"Me pregunté si esto era el fondo, y creo que lo era. Mientras observaba a estas personas sin hogar, decidí que había tenido suficiente. Sí, quería las drogas, pero me di cuenta de que podría querer más la vida". —Ben

Para reflexionar:

1. Qué piensa sobre la siguiente afirmación: "El autoritario no está seguro de su autoridad, por eso tiene que imponerla una y otra vez; el permisivo no está seguro de sus afectos, por eso no se atreve a arriesgarlos". ¿Está de acuerdo o en desacuerdo? ¿Su inclinación natural es ser autoritario o permisivo? ¿Qué hace para contrarrestar esta tendencia?

2. Piense en una situación en la que la medida de disciplina que propuso no funcionó. ¿Por qué cree que falló?



3. Áreas de conflicto. En cada familia hay situaciones, conflictos, diferencias que ponen en jaque la armonía. En la suya, ¿cuáles son?

4. Elija dos conductas de tus hijos que quiera modificar y establezca para ellas un límite y una consecuencia lógica, que sea aplicable en sus circunstancias.

5. Para usted, ¿qué es el consumo de sustancias psicoactivas y que tipo de sustancias conoce?

6. ¿Usted maneja estos temas con su hijo? y si lo hace cuéntenos, ¿qué temas maneja?

7. ¿Conoce usted las amistades con las que se relaciona su hijo?

8. ¿Realiza alguna actividad en casa para que su hijo evite el consumo de sustancias?

9. ¿Cómo es la confianza que maneja con su hijo para que se pueda manejar este tipo de temas?
