



*Cómo corrijo a mis hijos?*

**DISCIPLINA ASERTIVA**

# *DISCIPLINA ¿ Qué es?*

## **COMUNMENTE**

- **Conjunto de reglas y normas para mantener el orden y control de los miembros de un grupo**

## **SIGNIFICADO VERDADERO**

- **Forma de vida**
- **Educación de la voluntad**
- **Educación de la libertad / Responsabilidad**
- **Formar un yo fuerte**
- **Proceso gradual de aprendizaje (actitudes y valores)**
- **Educación para la vida**

*Para disciplinar se necesitan 2 cosas:*

## **A U T O R I D A D**

AYUDA A LOS HIJOS

DIRIGIR HACIA AUTONOMÍA Y RESPONSABILIDAD

FACULTAD QUE SE OTORGA A UNA PERSONA

**¿Qué es?**

**¿Dónde está?**



**¿Qué nos impide?**

**MIEDO**

- A perder su amor
- Dañar la relación
- Significados extra "Dar lo que yo no tuve"
- Sobrecompensación "Pobresito"
- Culpa

*Para disciplinar se necesitan 2 cosas:*

## *L Í M I T E S*

- ✓ DELIMITACIÓN DEL CAMINO
- ✓ MARCO CONTENEDOR Y PROTECTOR
- ✓ GENERAN AUTONOMÍA Y LIBERTAD A LA LARGA (orden, hábito, yo puedo = autonomía)
- ✓ EN BENEFICIO DE SU VIDA FUTURA
- ✓ ARMONÍA FAMILIAR

*MIEDO A EDUCAR, A DECIR "NO"*

**Sintomas**

# CONSECUENCIAS

## NEGATIVAS

- ⚡ POCA CONSIDERACIÓN
- ⚡ FALTA RESPETO (FÍSICA O VERBAL)
- ⚡ MANIPULACIÓN
- ⚡ CAPRICHOS
- ⚡ INDISCIPLINA
- ⚡ FALTA DE AGRADECIMIENTO
- ⚡ MAL CARÁCTER
- ⚡ CAPRICHOS
- ⚡ VIOLENCIA, IMPULSIVIDAD

“Ponle adjetivo calificativo”

¿Qué futuro en sociedad tiene un niño así?

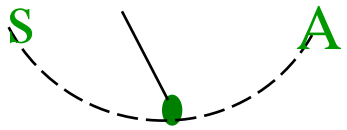
## POSITIVAS

- ★ TOMAN CUENTA HACE
- ★ RESPETO
- ★ SABE NO SIRVE INSISTIR
- ★ APRENDE NO ES SI A TODO
- ★ APRENDE A GANARSE LAS COSAS
- ★ APRECIAN VALOR DE LOS PADRES, COSAS, ACTOS
- ★ BUEN COMPORTAMIENTO Y CARÁCTER SANO

RESULTADO + FUTURA VIDA

“NIÑO SALE GANANDO”

# MANERAS EQUIVOCADAS DE EDUCAR

- x ACTUAR DE LA MISMA FORMA Y ESPERAR QUE EL RESULTADO SEA EDIFERENTE.
- x ASIGNAR LA MISMA IMPORTANCIA A COSAS QUE TIENEN DIFERENTE IMPORTANCIA
- x PÉNDULO DISCIPLINARIO 
- x ENGANCHARSE EN UNA DISCUSIÓN EN EL MOMENTO DEL ENOJO O PLEITO
- x SERMONES Y REPETICIONES= SORDERA

# ¿Cómo?

## 1. Elige 1 estilo educativo

- Con conocimiento de causa
- Con congruencia

## 2. Aprende a decir “ NO “

## 3. Manejo adecuado de límites y consecuencias



# ***SOBREPROTECCIÓN O PERMISIVIDAD:***

*Libertad de expresión de emociones y conducta sin tomar en cuenta a otros.*

## **ES:**

- Terror a la palabra traumar
- No hay límites o no se sostienen
- Padres acceden fácil a los deseos de los hijos

## **PRODUCE:**

- Niños caprichosos, exigentes, berrinchudos, que mandan.
- Niños débiles, con baja voluntad, baja capacidad de espera y esfuerzo para superar los problemas y retos.
- Niños con baja fortaleza para decir " no"
- Incapacidad para aceptar límites y tolerancia a la frustración
- Inutilidad para resolver la propia vida
- Adolescentes con conflictos.

## **PADRES:**

- Blandos con las personas y los problemas  
no se resuelven

# ***AUTORITARISMO:***

*Represión de la expresión de emociones y conductas a través del maltrato físico, gritos, etc.*

## **ES:**

- Valor más importante la obediencia, no importa el cómo.
- Control rígido y sin diálogo
- Muchas veces no se demuestra cariño.

## **PRODUCE:**

- Resentimiento
- Agresividad / Rebeldía
- Sumisión temerosa
- Niños inseguros y dependientes
- Inadaptación social

## **PADRES:**

- Duros con las personas y los problemas, exageración

# *DISCIPLINA POSITIVA:*

*Libertad de expresión de emociones y conducta, tomando en cuenta a los demás*

## **ES:**

- Firmeza y cercanía
- Respeto mutuo
- Consistencia (límites claros, concretos y cumplidos)
- Comunicación
- Reflexión y reparación
- Disciplina
- Autonomía gradual

## **PRODUCE:**

- Genera respeto y confianza hacia la autoridad
- Autoconfianza
- Capacidad social
- Autodominio y esfuerzo personal

## **PADRES:**

- Suaves con las personas, duros con los problemas

## *2. APRENDE A DECIR "NO"*

### *¿Porqué los niños no hacen caso?*

- x Necesidad de conocer sus límites y saber hasta dónde pueden llegar*
- x Comprenden que pueden seguir haciendo lo que quieren porque no ven firmes a los padres*
- x Realizan aprendizajes a través de la observación y puesta a prueba*
- x No piensan si está bien o mal*

# *SABER DECIR QUE "NO" , ES:*

**CLARAS EXPLICACIONES:** INSTRUCCIONES CLARAS, RAZONES, RESPETO

**ACTUACIONES:** POSTURA FIRME / CONVENCER QUE "NO" ES "NO" / A APRECIAR EL VALOR DE LAS COSAS, LOS ACTOS Y LAS PERSONAS.

**REGLAS CLARAS Y QUE SE CUMPLEN:** CONOCIDAS, CUMPLIDAS CONSISTENTEMENTE (mismas condiciones, misma consecuencia), VIGENTES POR TODOS LOS ADULTOS, CON EXIGENCIA RAZONABLE

**PLANEAR LA ESTRATEGIA ANTES DE LA BATALLA:**

ANALIZAR SITUACIONES QUE AMERITAN LÍMITES, ESTABLECER CONSECUENCIAS LÓGICAS, MANTENERSE FIRME Y CONSTANTE.

# 3. MANEJO DE LIMITES Y CONSECUENCIAS

EN LA VIDA NO HAY PREMIOS O CASTIGOS



ASÍ ES LA VIDA



SI YO INTERVENGO



EL NIÑO NO VIVE LA CONSECUENCIA



TIENE QUE EXPERIMENTAR LA PÉRDIDA



PARA APRENDER, A LA 1ª O A LA 4ª "VIVIENDO LAS  
CONSECUENCIAS"



Consecuencias  
Naturales  
inmediatas



Consecuencias  
Naturales a  
largo plazo

# ¿ CÓMO APLICAR UNA CONSECUENCIA?

CON las 4 "R"

Relacionadas

Respetuosas

Razonables a la edad y capacidad

Reparación

“ Con firmeza.”

“Cumple tu palabra”

# ¿ CÓMO APLICAR UNA CONSECUENCIA?

CON LAS 3 "M"

## MODO

- Calmado
- Anticipando
- Conciso y te vas "te vas", no te enganches, no te quejes y quejes

## MOMENTO

"NO" Si estoy muy enojado

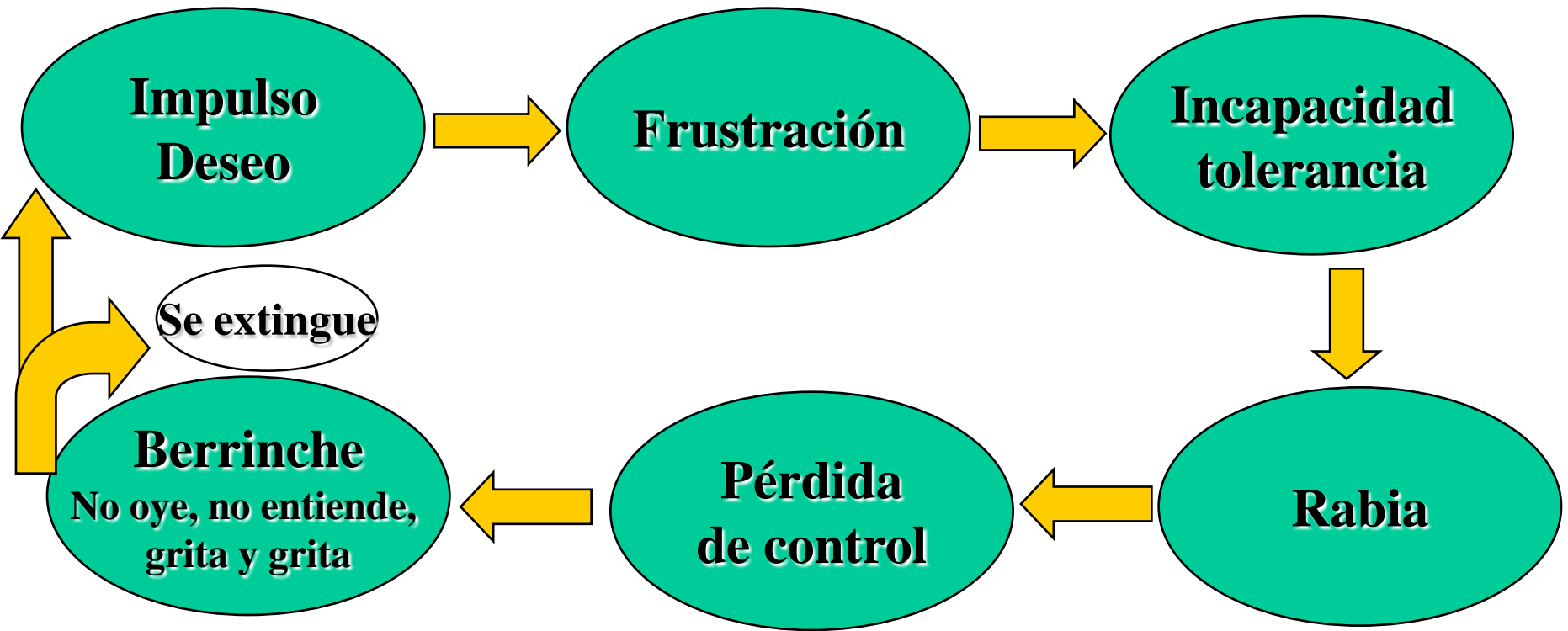
"NO" Si él está muy enojado (inútil tratar de razonar)

## MOTIVO

- De acuerdo al motivo es el grado de la consecuencia, con las 4 R
- Pensar y planear antes de aplicar, tome 5 min, 2 días, 1 cena, etc.



# BERRINCHES Y PRIMEROS LÍMITES



## NO ENGANCHARSE

- Palabras cortas “así no”
- Actos “Que no consiga su objetivo”
- No prestarle atención.

## PREVENIR

- Evitar frustraciones innecesarias.
- Anticiparle
- Verbalizar sentimientos
- Negociar



## “PLANEACIÓN ESTRATÉGICA”

- ¿ Qué ? Define cuáles son las situaciones que te generan conflicto y quieres cambiar
- ¿ Cómo? Define cuáles van a ser las consecuencias y cómo las vas a aplicar, con 4 r y 3 m.
- ¿ Y tu? Define lo que debes modificar

# *RECORDAR QUE ...*

“ TU META ES EDUCARLO PARA LA VIDA,  
Y LA VIDA APLICA CONSECUENCIAS ”

# RECORDAR QUE ...

**“LA MEJOR EDUCACIÓN ES LA QUE PRETENDE  
CONSTRUIR LA FELICIDAD, SIN OLVIDAR QUE NO  
HAY FELICIDAD SIN SACRIFICIOS Y RENUNCIAS”**

## BIBLIOGRAFIA

- **Disciplina inteligente. Vidal Schmill**
- **Aprende a decir “NO” a tus hijos. Robert Langis**
- **Padres eficaz y Técnicamente preparados. PET**