

ENRIQUECIMIENTO FAMILIAR

Febrero, 2003

Disciplina— Parte Integral en la crianza de un niño

Disciplina es enseñarle a sus hijos comportamiento

apropiado. Es la clave de como su hijo se comportará en el futuro. La disciplina le ayudará a formar a sus hijos..

La disciplina es un proceso continuo, el cual debería iniciarse temprano en la vida de los niños. Es importante comenzar a establecer límites y parámetros para ayudar a los hijos a sentirse seguros y aprender a controlarse así mismos. Como padres debemos recordar que los niños responden diferente a las prácticas de disciplina a medida en que van creciendo. Es decir, los límites deben ser ajustados a medida que el niño crece.

Cuando esté estableciendo límites es fundamental que los padres tomen en consideración lo siguiente:

- Asegúrese de que sus hijos entienden los límites.
- Explique las razones de los límites
- Recuérdele a sus hijos los límites cuando sea necesario.
- Es importante respetar los límites firme y justamente
- Consecuencias deben ser claramente explicadas
- Debe ser consistente con las consecuencias



Los padres deben comprender las necesidades individuales de sus hijos. Es importante mantener un balance con relacion a las reglas establecidas así como las consecuencias. Recuerde recompensar a sus hijos por su buen comportamiento.

Recopilado : Parenting Matters

Como la disciplina ayuda a los niños

Cuando los padres disciplinan en una forma amorosa y justa, ellos inculcan un sentido duradero de autodisciplina.

A medida que los hijos crecen, la disciplina los anima a:

- Desarrollar control propio y la habilidad de manejar sentimientos de enojo, celos , impotencia y miedo.
- Expresar emociones apropiadas al hablar de los sentimientos.
- Respetar a los demás.
- Construye autoestima cuando son elogiados por el buen comportamiento.
- Desarrollar orden y buenos hábitos.

Recopilado: Changing L. Bete Co.

Puntos de Interés

- Establezca líneas de comunicación con sus hijos.
- Dígales cuanto los quiere
- Recompense las conductas positivas.
- Sea firme con las consecuencias de las conductas negativas
- Acepte sus errores

El metodo de la recompensa vs. el metodo de la cooperacion y la responsabilidad

Somos padres y educamos a nuestros hijos. El educarlos significa que internalicen ciertas normas, las cuales van ayudar a que nuestros hijos se conviertan en seres sociales, útiles y productivos y que la familia a la cual pertenecen funcione bien. Queremos que nuestros hijos acepten e internalicen ciertos valores, o sea, que acepten adoptar ciertas conductas positivas como, por ejemplo, acostarse a cierta hora, hacer las tareas asignadas por el colegio, recoger el dormitorio, cepillarse los dientes, ducharse, ser ordenado con su ropa y sus juguetes, etc.

Hay distintas maneras de lograr esto. Una manera es buscar la cooperación de nuestros hijos, hacerlos sentir que son parte del núcleo familiar, que los valora como personas; y que para que la familia

esté contenta y funcione bien es importante que ellos cooperen y asuman ciertas responsabilidades. Otra manera de lograr que ellos cumplan con ciertas tareas es utilizar la recompensa.

El método de la cooperación y responsabilidad requiere tiempo, paciencia, interés y esfuerzo por parte de los padres. Requiere que los padres piensen en su familia como en un equipo, un grupo, donde todos tienen un rol que cumplir, donde todos los roles son igualmente importantes, donde cada persona en este equipo es valiosa y su cooperación necesaria para lograr el bienestar de la familia. Y en la medida en que los miembros de esta familia crecen y florecen así mismo progresa la familia y viceversa.

La recompensa, en cambio, es un método que no implica mucho esfuerzo por parte de los padres. Los padres fiscalizan y otorgan la recompensa. La recompensa como el castigo, son instrumentos del sistema autocrático. E, igual que el castigo, la recompensa es cómoda, práctica, rápida y efectiva para controlar la conducta de nuestros hijos. Además, como la recompensa en sí se trata de algo placentero y agradable, esto hace que este método sea considerado muy aceptable y por esta razón sea utilizado con mucha frecuencia.

Es importante aclarar que en el método de la cooperación y responsabilidad también existe una especie de recompensa. Sin embargo esta recompensa no es material sino una sonrisa, una mirada de aceptación y orgullo, o un privilegio adicional.

Recopilado: Roberta Maso-Fleischman,

Reunión familiar

La reunión familiar provee una oportunidad para conversar con los miembros de la familia. Esta técnica facilita la interacción entre padres e hijos. El objetivo de estas reuniones puede variar de semana en semana. Utilice su creatividad para crear un ambiente de entusiasmo.

Antes de comenzar

“Nunca pensé que las reuniones familiares resultarían en mi familia. Comenzamos hace un año atrás y continuamos hasta el día de hoy. Se lo recomiendo a todos los padres.” Maria

este proceso es importante establecer los parámetros de la reunión. Las siguientes preguntas deben ser contestadas: en grupo, (que, por qué, cómo) esto ayuda a que los miembros de la familia se sientan parte del proceso y más aún parte de el núcleo familiar. Esto ayuda a que sus hijos sientan

que sus necesidades e ideas han sido tomadas en consideración.

Qué: Expliquen el que es la reunión familiar. Estas reuniones pueden llevarse a cabo fuera del hogar.

Por qué: Discuta el propósito de estas reuniones.

Cómo: Discutan los días, horas y lugar. Tome en consideración las necesidades de todos los miembros de la familia.

SAC

Mi mamá me decía.....

- “Dime con quién andas y te diré quién eres.”
- “Educación es mi regalo para tí.”
- “Aprovecha las oportunidades que la vida te ofrece.”
- Nunca te rindas, se persistente.”
- “Si te caes, levántate y trata de nuevo, tú puedes.”

- “Sé realista”
- “Se agradecido por lo que tienes.”
- “Trata a los adultos con respeto.”
- “Nunca te olvides de quién eres y de donde vienes.”
- Sé lo mejor que puedas ser.”



- “Amigo es el ratón del queso y se lo come.”
- “Nunca juzgues al libro por su cubierta.”
- Date a respetar sin herir a los demás.”
- “Tu puedes, creo en tí.”
- “No te limites en la vida.”

SAC