

“La disciplina no esta reñida con el cariño”

Janire Barrio Ruiz

Psicóloga Agintzari Soc. Coop.



Objetivo de la familia

Conseguir un EQUILIBRIO entre el APOYO y el CONTROL

- **APOYO:** dar apoyo a los hijos e hijas supone ofrecerles bienestar físico (alimentación, vestido...), bienestar afectivo (consolarles cuando lo necesitan...) y comprenderles.
- **CONTROL:** Conseguir control supone saber comunicar reglas y normas ordinarias de funcionamiento de la vida diaria.



Objetivo de la familia

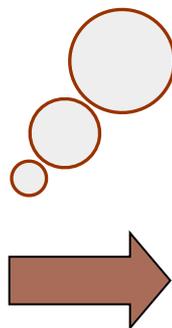
- Tratar a cada uno de los hijos/as como si fuera único/a: un niño o niña necesita sentir que es especial.
- Reconocer y ayudar a desarrollar sus aptitudes: tienen que alcanzar sus propias metas no sólo las de los adultos.
- Distribuir justamente los recursos (evitar privilegios por orden de nacimiento)
- Evitar las comparaciones entre los hermanos y hermanas (suele conllevar consecuencias negativas)



ESTILO AUTORITARIO

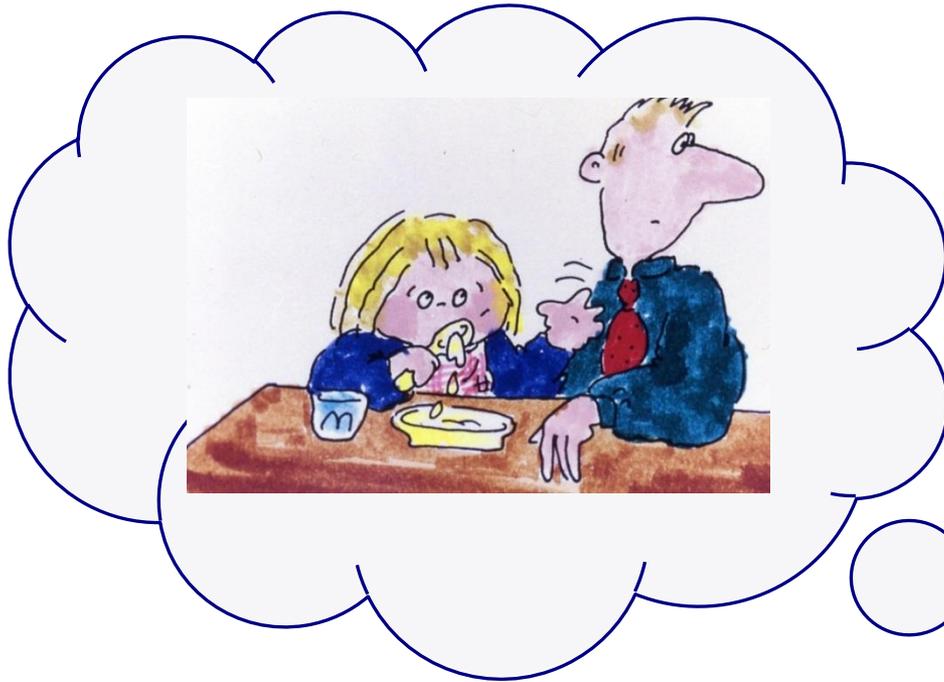


- **NORMAS ABUNDANTES Y RIGIDAS**
- **EXIGENCIA SIN RAZONES**
- **MÁS CASTIGOS QUE PREMIOS**
- **CRÍTICAS A LA PERSONA**
- **POCO CONTROL DE IMPULSOS DE LOS ADULTOS**
- **NO DIÁLOGO NI NEGOCIACIÓN.**



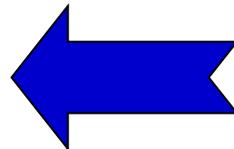
- ✓ **REBELDIA POR IMPOTENCIA**
- ✓ **ACTITUD DE HUIDA O ENGAÑO**
- ✓ **RIGIDEZ**
- ✓ **BAJA AUTOESTIMA Y ESCASA AUTONOMIA**
- ✓ **AGRESIVIDAD Y/O SUMISIÓN**





ESTILO PERMISIVO

- **INSEGURIDAD, INCONSTANCIA**
- **FALTA DE CONFIANZA EN SÍ MISMOS**
- **BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR POR NO ESFUERZO**
- **BAJA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN**
- **CAMBIOS FRECUENTES DE HUMOR**



- **SIN NORMAS O NO LAS APLICAN**
- **MUCHA FLEXIBILIDAD EN HORARIOS, RUTINAS**
- **EVITACION DE CONFLICTOS, DEJAR HACER**
- **DELEGAN EN OTROS LA EDUCACION DE LOS NIÑOS**
- **NI PREMIOS NI CASTIGOS: INDIFERENCIA**
- **NO HAY MODELOS DE REFERENCIA**





ESTILO SOBREPOTECTOR



- POCAS NORMAS O NO SE APLICAN CONSIDERAR QUE NO ESTAN PREPARADOS.
- CONCESIÓN DE TODOS LOS DESEOS
- EXCESIVOS PREMIOS, NO CASTIGOS
- JUSTIFICAN O PERDONAN TODOS LOS ERRORES
- INTENTO DE EVITAR TODOS LOS PROBLEMAS.



- ❖ DEPENDENCIA
- ❖ ESCASO AUTOCONTROL
- ❖ BAJA TOLERANCIA A LA FRUSTRACION
- ❖ INSEGURIDAD, BAJA AUTOESTIMA
- ❖ ACTITUDES EGOISTAS





ESTILO INDIFERENTE



- ❑ CONTROL MINIMO,
- ❑ POCO AFECTO
- ❑ BAJO NIVEL DE COMUNICACIÓN
- ❑ PRÁCTICAMENTE NO HAY NORMAS NI LÍMITES.
- ❑ LOS PADRES SE DESLIGAN.

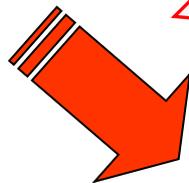


- NIÑOS/AS CALLEJEROS/AS, BUSCAN FUERA DE CASA LO QUE NO PUEDEN CONSEGUIR ALLÍ.
- EMOCIONALMENTE DEBILES, AUNQUE A VECES SE PUEDAN MOSTRARSE MUY DUROS.
- CONCEPTOS COMO FIDELIDAD, ESFUERZO, NORMAS... NO PUEDEN ENTENDERLOS.



ESTILO ASERTIVO

- **NORMAS CLARAS Y ADECUADAS A LA EDAD**
- **USO RAZONABLE DE PREMIOS Y CASTIGOS**
- **USO DEL REFUERZO VERBAL POSITIVO**
- **ESTIMULO DE AUTONOMÍA E INDEPENDENCIA**
- **CONTROL EXTERNO → CONTROL INTERNO**
- **USO DEL DIALOGO Y LA NEGOCIACION**



- BUEN NIVEL DE AUTOESTIMA**
- ADQUISICION SENTIDO DE LA RESPONSABILIDAD**
- APRENDIZAJE PARA TOMAR DECISIONES**
- APRENDIZAJE DE LA SOCIALIZACION**
- APRENDIZAJE DEL RESPETO A LAS NORMAS**



Normas y Límites

Se trata de esfuerzos constantes y consecuentes siendo, al mismo tiempo, eficaces y afectuosos con el niño.



LÍMITES

Son como un muro o barrera ante la cual el niño se tiene que detener, que le indica hasta dónde puede llegar. Es **una forma de decirle “hasta aquí”**.



El marcar límites es muy necesario

- Dan seguridad y protección: Si el niño es más fuerte que los padres, no se podrá sentir protegido por ellos.
- Permite predecir la reacción de los padres ante determinadas situaciones y comportamientos.
- Ayudan al niño a tener claros determinados criterios sobre las cosas. Son una referencia.
- Enseñan al niño a saber renunciar a sus deseos, y ello le prepara para situaciones similares que la vida le deparará.



¿Para qué sirven las normas?

- ① para el aprendizaje de hábitos y conductas adecuadas a su edad.
- ② para desarrollar sentimientos de autonomía y seguridad en sí mismos.
- ② para sentirse que es guiado en su crecimiento personal: (si tengo límites y normas es porque se ocupan de mí).
- ④ para desarrollar sentimientos de pertenencia a la organización familiar y social.
- ⑤ para desarrollar sentimientos de autoestima cuando logra conseguir las metas que las normas o límites le presentan.
- ⑥ para desarrollar el autocontrol y la autorregulación.



¿PORQUE A VECES NO FUNCIONAN?

Porque no son claros

Porque son contradictorios

Porque no hay consecuencias, positivas o negativas.

Si son muy estrictos o muy permisivos

Cuando pedimos algo que nosotros no hacemos (VIDEO)



PAUTAS EFICACES PARA ESTABLECER NORMAS



- Ser firme



- Ofrecer alternativas



- Desaprobar la conducta, no al hijo/a



- Intentar que colaboren en el establecimiento de límites.
- Ser consistente empezando por mantener la rutina y los horarios



NORMAS PARA LOS PADRES

- No al chantaje emocional. No usar frases como “eres malo y no te quiero”. Mejor, “te quiero mucho pero me enfado cuando saltas encima del sofá”.
- No a las amenazas.
- Hasta los 5 años no se negocia con el niño. No entienden de tratos y les confunde.
- No reírse al dar la orden.
- No forcejear ni descalificar.



QUÉ SON LOS PREMIOS Y CASTIGOS

Son las consecuencias que siguen a los comportamientos, y que determinan que se vuelva a hacer lo mismo en una situación parecida o, por el contrario, que se deje de hacer.



ESTRATEGIAS PARA QUE DISMINUYAN LAS CONDUCTAS INADECUADAS

- Castigo
- Retirar un refuerzo
- No atender a conductas negativas
- Tiempo fuera
- Tarea reparadora
- Refuerzo
- Otras...



La Tolerancia a la Frustración

- ☺ Una frustración es: la vivencia emocional ante una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisface o no se cumple, lo que sucede normalmente cuando se establecen límites o queremos que se cumplan normas.

- ☺ La Tolerancia a la Frustración es: superar esa situación desagradable continuando con su vida normal a pasar de ella.

- ☹ Tener baja tolerancia a la frustración, es tener sentimientos de cólera, de miedo o de tristeza al enfrentarse con el no cumplimiento de los deseos

- 👉 A manejar las frustraciones se aprende desde pequeño. Son los padres los que deben ayudar a comprender que no siempre se consigue lo que se quiere, que los demás tiene sus propios límites y que hay que aceptar la realidad sin experimentar sentimientos fuertes de miedo, tristeza o cólera.



LAS RABIETAS

Eso es una rabieta, un comportamiento colérico mediante el cual, que el niño manifiesta su incapacidad para hacer o conseguir algo que desea. Se consideran una parte normal del desarrollo del niño de 1 a 3 años y la tendencia es que desaparezca hacia los 4 años.



¿CÓMO ACTUAR ANTE UNA RABIETA?

Es conveniente darle un tiempo de enfriamiento. Si se encuentra en casa, llevarle a su habitación y aislarle de toda actividad durante unos minutos, retirando aquellos objetos que puedan resultar peligrosos. En ese período no hay que hablarle, regañarle, amenazarle, etc.



¿CÓMO ACTUAR ANTE UNA RABIETA?

Una vez que se ha pasado el berrinche, no se le debe castigar ni gritar, sino darle seguridad y afecto , pero sin mimarle en exceso ni darle ningún tipo de premio, explicándole lo inadecuado de su comportamiento.



¿QUÉ HACER PARA EVITARLAS?

Establecer normas razonables, claras y coherentes y no cambiarlas, para que el niño conozca perfectamente donde están sus límites



Saber desenvolverse por uno mismo y
vivir en medio del mundo con eficacia
y productividad



¿CUÁNDO AYUDAR?

- Debemos dejar que nos **pidan** ayuda (sin ofrecérsela antes de que lo demanden).
- Acostumbrarles a que **no siempre** van a recibirla ni será cuando ellos quieran.
- Si ante una tarea manifiestan frustración hay que **preguntarles** si necesitan ayuda (pero no se lo resolvemos nosotros).
- Antes de darles la solución preguntarles **qué se les ocurre** a ellos.
- Es bueno **enseñarles** cosas más difíciles (pero posibles según su desarrollo)



¿CÓMO CONSEGUIRLO?

- Estando convencidos de que es bueno para ellos
- Exigiéndoles responsabilidades
- Retirándoles poco a poco nuestra ayuda
- No haciéndoles nosotros las cosas
- Animando y reconociendo su autonomía
- Siendo coherentes



A cada edad, sus normas.... Los límites

Hasta los tres años

Los padres deben de estableces una rutina diaria, y decir lo que está bien y lo **que está mal, no importa ser repetitivo.**



LOS TRES PRIMEROS AÑOS

- Es el período fundamental para sentar las bases educativas del futuro.
- Al principio, los límites están muy relacionados con los hábitos y rutinas, como la alimentación el sueño.
- Son fundamentales unas normas claras. si las cumple, se verá recompensado; si no, obtendrá unas consecuencias adecuadas al incumplimiento.



DE LOS 3 A LOS 6 AÑOS

- Aprenden mejor con hechos.
- Darle las instrucciones de una en una y darle tiempo para que cumpla la primera antes de indicarle la segunda.
- Reforzarle siempre que la haga: “qué bien has recogido los juguetes”.
- Incorporar nuevas responsabilidades que potencien su autonomía: vestirse y desvestirse.

