



INSTITUTO EDUCATIVO

HUMANITAS

Tema

# Disciplina Inteligente



Talleres de  
Formación  
para Padres

# Agenda

1. ¿Soy un buen Padre o Madre?
2. Como vencer mis ansiedades, miedos y culpas.
3. Como evitar los extremos.
4. Como educar en valores.
5. Disciplina Inteligente.
6. Dudas, preguntas y respuestas.

# Antecedentes

¿Por qué hoy hablar de disciplina inteligente?

Ansiedad, Miedo, Culpabilidad



Dinámicas Sociales



Roles Sociales



Tecnología

# Antecedentes

## Métodos Disciplinarios

Caso 1: Año de 1984

**Hijo:** *Papa, ¿puedo ir a la fiesta de Carlitos?*

**Papá:** *NO*

**Hijo:** *¿Porque no?*

**Papá:** *Porque NO y punto. ¿Qué paso después?*

Caso 2: Año de 2012

**Mamá:** *Hijo ya apaga la tele.*

**Hijo:** *Un rato mas*

**Mamá:** *Ya es hora* **Hijo:** *ya voy*

**Mamá:** *Haz caso* **Hijo:** *ya voy*

**Mamá:** *¿Ya lo hiciste?* **Hijo:** *ya voy*

*¿Que paso después?*

Autoritarismo  
Puro



Permisividad  
Total

**Disciplina Inteligente:** herramienta disciplinaria, que me permite equilibrar mi estilo disciplinario basada en valores, amor y respeto y de acuerdo a las circunstancias del momento.

# ¿Soy un buen Padre o Madre?

## No te "Autocaduques"

- No puedes educar a tus hijos en la misma forma que fuiste educado.
- Tus tiempos son ahora porque estas vivo (a).
- Comprométete a afrontar las problemáticas y situaciones actuales.
- Mantente actualizado en los aspectos importantes de la educación de tus hijos (en la medida de lo posible).

"La obsolescencia es consecuencia de no actualizarse; la caducidad es consecuencia de quedarse atorado mentalmente en el pasado"

# ¿Soy un buen Padre o Madre?

## ¿Es eficaz tu disciplina?

- No toda la disciplina que ejerzas va a producir resultados constructivos.
- ¿Como te has sentido después de haber castigado a tu hijo?
- ¿Como te has sentido después de haber cedido frente a tu hijo?
- Autodiagnóstico (individual)

“La mejor forma de proceder es la que le deja a uno libre de culpa y remordimientos”

# Si tus respuestas son afirmativas en

6 o más de las preguntas, entonces **TE URGE CAMBIAR**

4 ó 5 de las preguntas, entonces **TE ES NECESARIO CAMBIAR**

2 ó 3 de las preguntas, entonces **TE ES RECOMENDABLE CAMBIAR**

1 de las preguntas, **VAS BIEN**

0 respuestas afirmativas, **VAS MUY BIEN** o no contestaste verazmente.

“No vemos las cosas tal como son,  
las vemos tal como somos”

# ¿Soy un buen Padre o Madre?

## Definición # 1 de Estupidez



Actuar de la misma forma y esperar que el resultado sea diferente.



Si tus respuestas indican un cambios, empieza a trabajar en ello.



Equivocarse no lo convierte a uno es estúpido, lo estúpido es permanecer en el error.



Si algo no ha funcionado en el pasado, no tiene porque funcionar en el futuro.

**Disciplina Estúpida:** Aferrarse a conductas, regaños o estrategias que no dan buenos resultados, enfrascándose en círculos viciosos de autoridad, sin intentar cambiar realmente.



# ¿Como vencer mis ansiedades, miedos y culpas?

## Haciéndote cargo de tu ansiedad y miedo

- Los padres influimos, pero no determinamos el futuro de nuestros hijos.
- Tus hijos tomaran sus propias decisiones y tendrán sus propios aprendizajes, con o sin ti.
- No les transmitas angustia permanente y ayúdalos a mejorar sus propias tomas de decisiones.
- Realiza tu trabajo de padre con menos solemnidad y con mayor certeza y sobre todo, con mas sentido del humor.

La solemnidad y la rigidez son características de la muerte; el sentido del humor y la flexibilidad, lo son de la vida.

# ¿Como vencer mis ansiedades, miedos y culpas?

## Haciéndote cargo de tu ansiedad y miedo

- Los niveles altos de angustia y miedo no te permiten escuchar soluciones.
- Mantente abierto a alternativas y deja a un lado las ideas preconcebidas de cómo debe ser el comportamiento de tus hijos.
- La educación no es un recetario de acciones inmediatas a temores de diversa índole.
- Identifica la fase de desarrollo en la que se encuentran tus hijos.

“El mejor antídoto para la preocupación es la acción”

# ¿Como vencer mis ansiedades, miedos y culpas?

## Haciéndote cargo de tu culpabilidad

- La culpa es una de las emociones mas destructivas, además de que es inútil.
- Conduce a la autodegradación y al deterioro personal.
- La culpa solo observa los aspectos negativos de la propia conducta; no permite ver lo bueno, solo lo malo, impide la visión y solución de situaciones.

“El mejor antídoto para la preocupación es la acción”

## ¿Como evitar los extremos?

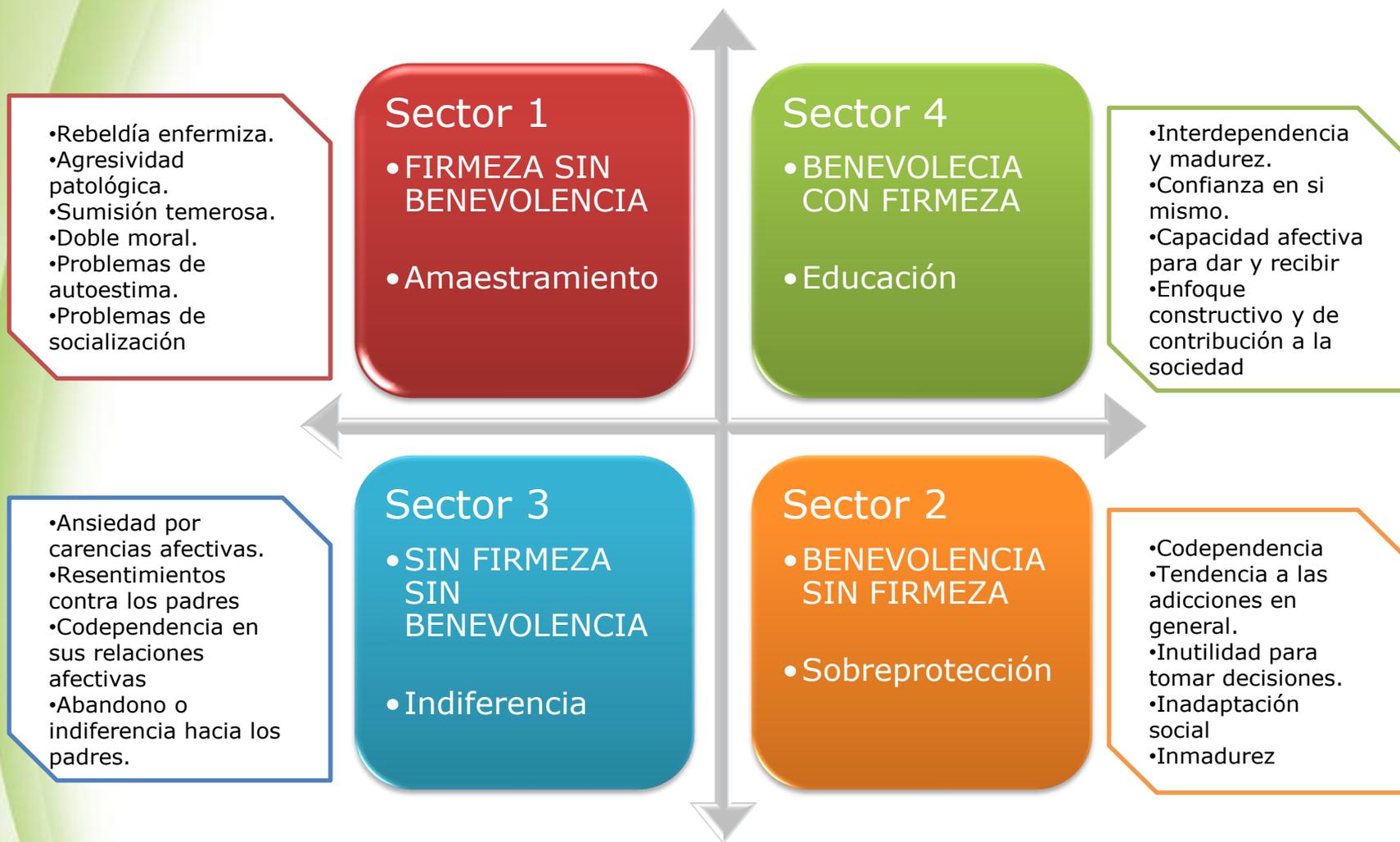
### ¿Puedo cambiar mi forma de actuar?

- No se justifican frases como "Así soy yo nunca cambiaré"
- Diferencia entre ser y estar.
- Tu forma de actuar es producto de una elección.

### Educación Asertiva

- Asumir una conducta segura, afirmativa tanto para quien la ejerce como para quien recae.
- Colócate en el punto medio, ni amaestrar ni sobreproteger.

# Estilos Disciplinares



# ¿Como evitar los extremos?

## Sugerencias para preparar el terreno

- Tratar de ser congruente, actuando tal y como dices que se debe actuar.
- Tratar de ser consistente, conservando la congruencia a lo largo del tiempo.
- Escucha mas. No interrumpas para dar tu opinión, regañar o sermonear sin tener toda la información. Escucha y trata de comprender mas desde la perspectiva de tu hijo, no solo desde la tuya.
- Emite tus opiniones aclarando que son solo eso, opiniones. No eres dueño de la verdad única.
- Clarifica los valores prioritarios de la casa y las reglas de que ellos se deriven. No corrijas según tu humor del día o del momento.
- Enfatiza las habilidades de tus hijos, no son inhabilidades.
- Ten paciencia para que tus hijos hagan las cosas a su propia manera, tiempo de aprendizaje y velocidad de respuesta.
- No le pegues, no lo ofendas, no te burles de el, ni lo insultes, respeta siempre su dignidad.
- Muéstrale tu afecto de manera clara y sin condiciones, con palabras o caricias, sin pasar los limites.
- No lo manejes con chantajes o culpándolo.

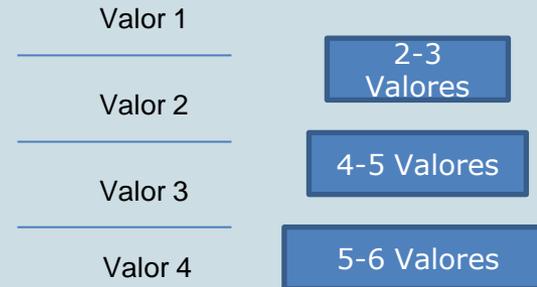
# ¿Como educar en valores?

## ¿Qué son y para que sirven?

- Referencias fundamentales profundamente arraigados.
- Sirven para jerarquizar tu vida, tomar decisiones y evaluar tu propia conducta
- Características: Durabilidad, Satisfacción, Integralidad, Trascendencia, Dinamismo, Aplicabilidad, Jerarquía, Flexibilidad, Polaridad.

## ¿Cómo evitar ser radical?

- Utiliza el concepto "Valores Prioritarios" en lugar de "Escala de Valores"
- No limites tu perspectiva derivada de un valor único.



# ¿Como educar en valores?

## Pasos para educar con base en valores

Define los 2 o 3 valores que realmente sean los mas importantes para ti (llena tu cajón superior)

Cotéjalos con los de tu pareja o con los de las personas que están involucrados en la educación de tus hijos.

Acuerden cuales serán los 3 valores prioritarios

Acuerden las reglas básicas generales que sean necesarios elaborar.

No reglamentos en exceso

# ¿Como educar en valores?

## Elaboración de reglas positivas y aplicables

- Evita el exceso de reglas, solo debe reglamentarse la conducta que genere conflictos constantes.
- Las reglas son conductas derivadas de algún valor claramente identificable.
- Indican la forma para poder hacer algo, no solo la prohibición.
- Son conductas completas en si mismas no condiciones para obtener un privilegio o beneficio posterior.
- Son breves y no incluyen las consecuencias en caso de no cumplir con ellas.
- Se modifican de acuerdo a la edad y etapa vital de quienes afecta.
- Los hijos deben participar en su elaboración y redacción
- Puede haber excepciones a las reglas

# Disciplina Inteligente

Elimina el sistema de premios y regaños.

Clasifica las faltas por importancia.

Consecuencias proporcionales en lugar de castigos.

Aplica el árbol de decisiones disciplinario.

## Elimina el sistema de premios y castigos

Premiar una acción determinada, establece que dicha acción no tiene valor por si misma.

Refuerza las conductas positivas con reconocimientos verbales y afectivos.

Peligro: no lo hagas solo cuando se presenta la conducta deseada sino tendrá el mismo efecto de un premio.

Peligro: no confundas reconocimiento con adulación.

Los premios son para las mascotas no para las personas.

Regala a tus hijos por el gusto de hacerlo no de manera condicionada, no devalúes el regalo.

En la naturaleza no hay premios ni castigos, solo consecuencias.



## Alternativas para el castigo

**Señalar una forma de ser útil.**

**Expresarle una enérgica desaprobación (sin atacar el carácter del niño).**

**Indicarle lo que esperas de el.**

**Demostrarle como cumplir en forma satisfactoria.**

**Ofrecerle una opción.**

**Emprender alguna acción.**

**Permitir que experimente las consecuencias de su mal comportamiento.**

# Manejo de Berrinches



# Disciplina Inteligente

## Clasifica la importancia de las faltas

- **Falta Leve:** una conducta que viola una valor que no representa una gran prioridad para la familia
- **Consecuencias Proporcionales**
  - Llamar la atención de manera firme.
  - Manifestar tus sentimientos por su conducta.
  - Hacer que salga del lugar si esta molestando a terceros.
  - Señalar una forma de ser útil
  - Describir la consecuencia inmediata y negativa de su conducta.
  - Decir con una sola palabra lo que necesitas que haga o deje de hacer.
  - Escribir una nota breve que exprese lo que necesitas que haga o como debe cambiar su conducta.

# Disciplina Inteligente

## Clasifica la importancia de las faltas

- **Falta Intermedia:** una conducta que se repite frecuentemente y que no se ha podido corregir a pesar de haberlo intentado con anterioridad, una conducta que viola un valor que representa una prioridad importante para la familia.
  
- **Consecuencias Proporcionales**
  - Acordar la reparación del daño causado.
  - Ofrecerle una elección.
  - Empezar alguna acción.

# Disciplina Inteligente

## Clasifica la importancia de las faltas

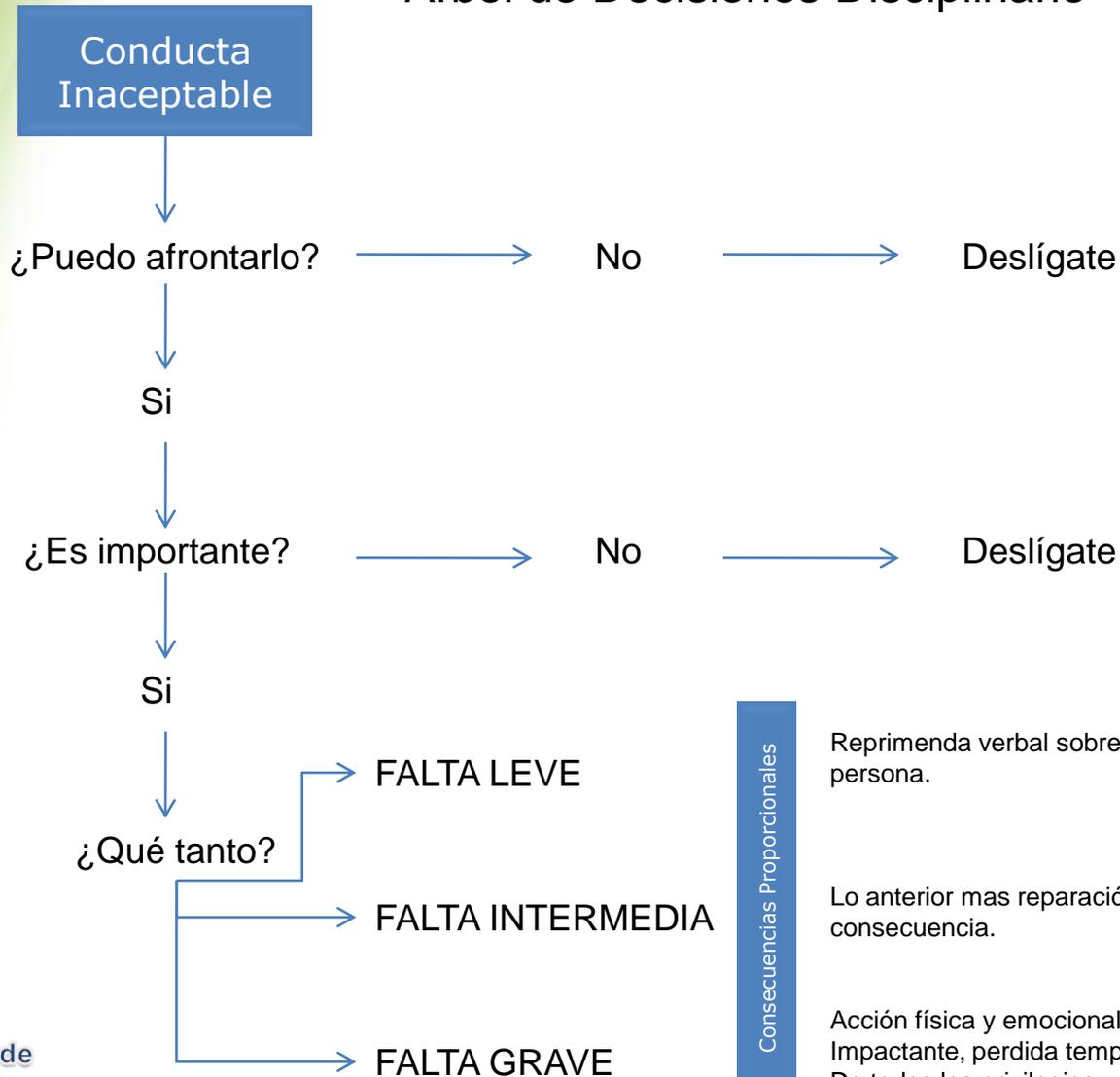
- **Falta Grave:** una conducta que pone en peligro la vida o libertad de tu hijo o de otras personas.

- **Consecuencias Proporcionales**

- Llevar a cabo una acción impactante tanto físicamente como emocionalmente.
- Suprimir temporalmente todos sus privilegios.
- Elaborar un listado en conjunto, para reparar el daño.
- Supervisar estrechamente el cumplimiento del mismo.

# Disciplina Inteligente

## Árbol de Decisiones Disciplinario



Consecuencias Proporcionales

Reprimenda verbal sobre la conducta, no sobre la persona.

Lo anterior mas reparación del daño, experimentar la consecuencia.

Acción física y emocional  
Impactante, perdida temporal  
De todos los privilegios

## ¿Cuándo me graduo como padre?

“Cuando tus hijos sean personas aptas para vivir de manera autónoma y constructiva para ellos mismos y los que los rodean”

# Literatura recomendada

## Disciplina Inteligente

Vidal Schmill  
Editorial: PEA

## Disciplina con Amor

Rosa Barocio  
Editorial

## El Valor de Educar

Fernando Savater  
Editorial Planeta Mexicana

## Alimentación Inteligente

Leticia Flores  
Editorial PEA

## Hijos con Estrés

Archibald Hart  
Editorial CEAC

[www.escuelaparapadres.com](http://www.escuelaparapadres.com)