



TÉCNICAS BÁSICAS DE DISCIPLINA

M^a Teresa Fernández Reyes



ACORDO ENTRE A PARELLA

Neste primeiro aspecto os pais deben plantearse as seguintes cuestións como principio de toda educación: qué entendemos por educación, responsabilidade compartida, qué imos ensinar, cómo imos facelo (tipo de estilo educativo: autoritario, permisivo, democrático) e cales van ser as nosas principais técnicas de disciplina.

ENSINANZA DIRECTA

A ensinanza directa consiste en dírille ao neno o que ten que facer e o que non, ensinarlle directamente o que esperamos que faga, e sobre todo cómo ten que facelo. Esta ensinanza é moi positiva para acadar que os nenos adquiran hábitos (vestido, aseo, comida) así como o seu comportamento coas demais persoas.

DAR EXEMPLO

Os nenos aprenden por imitación, especialmente o relativo a valores, actitudes e comportamentos, fixanse en cómo reaximos ante dificultades, o noso ton, como tratamos as persoas.

DISPOR DE NORMAS E LÍMITES

As normas e os límites, sobre todo as normas, deben ser claras e concretas:

1. Referidas a aspectos básicos (tempos, horarios, seguridade).
2. Formuladas en positivo. [Ex. En lugar de decir "non tires os papeis ao chan" debemos decir "os papeis tíranse na papeleira".]
3. Ser moi constantes e adaptados á idade. [Ex. Un neno de 5 anos debe cruzar da man de seus pais, pero non lle pode decir o mesmo a un neno de 10 anos. Dende moi pequenos débense establecer normas básicas como: "o estudo é de 6 a 8", "fóra de hora non se come"...]

SER COERENTES

Os pais non poden levarse a contraria a si mesmos e non poden plantear unha serie de normas para despois ser eles mesmos os primeiros que non as cumplen. Ex. Unha nena chora insistenteamente porque se quere montar nunha atracción, o pai dille que non. A nena insiste e segue chorando, o pai volve dicir que non. A

tarde e seus pais para intentar normalizar a situación cada día indícanlle que debe irse a cama 10 minutos antes. Ao cabo dun tempo a situación está normalizada.]

3. Esto implica que esixamos sempre e en todos os lugares. Na casa, casa dos avós, na rúa.
4. O neno debe dispoñer dunha rutina sen moitos cambios. Esto implica horarios regulares de sono, comida, aseo.
5. Evitar os cambios constantes de cuidador. [Ex. Se un neno durme na casa dos avós un día, outro na casa dos pais, os fins de semana noutro sitio..." mamá... ¿cal é a miña casa?]

ESCOITALO E FALARILLE

Debemos prestarlle atención, coidar a lingua xe non verbal, traducir o que nos di, non quitarlle importancia ao que conta, non xulgar inmediatamente, axudarlle a iniciar a conversa... [Ex. Miña nai na cea xoga con nós a "o mellor do día". Cada un ten que dicir qué foi o mellor que lle sucedeu no día.] [Ex. ¿quéresme contar algo?, O que queres dicir é que..., Cóntame porque che berraron.]

ESTAR INFORMADO

Os pais deben estar informados do que fan os seus fillos, titorías, amigos... Debemos deixar que nos falen deles, preguntarles con sutileza o que opinan eles dalgunhas cuestións, invitalos a casa... desta forma tamén podemos observar cómo se comporta o noso fillo con eles.

ELOXIAR E PRESTAR ATENCIÓN

Debemos usar axeitadamente os eloxios, non rírnos se di unha palabrota, contesta mal, realiza xestos inadecuados... porque estamos reforzando esa actitude e facendo que a repita nunha nova ocasión. Se dous irmáns xogan xuntos debemos alabar esa actitude, pero se pelexan debemos separalos, poñelos en habitacións separadas, pero cunha intervención verbal mínima.

EDUCAR CON AFECTO.

As relacións dos pais e dos fillos están baseadas no amor, cariño e respeito. "A exixencia sen afecto sería implacable, pero el afecto sen exixencia sería purañoñería"

EDUCAR CON CONSTANCIA

Implica converter en hábito aquellos aspectos que queremos ensinarlle. Para elo debemos seguir estos pasos:

1. Ser constantes implica non baixar a garda, exixir en todo momento, repetirlle ao neno as cousas e volverllas a recordar.
2. Plantexarse poucas metas e realistas na educación do neno. [Ex. Un neno está acostumado a deitarse

