

# COLEGIO ANTONIO NARIÑO

HERMANOS CORAZONISTAS

Bogotá D.C.

*“Un CORAZONISTA, con fe y constancia, la excelencia alcanza”*



*El concepto de lo que es “Disciplina”*

**2015**

## ***EL CONCEPTO DE LO QUE ES “DISCIPLINA”***

No son amenazas, humillaciones, daños o castigos físicos o psicológicos; disciplina significa “enseñanza”, es decir: Conjunto de estrategias adecuadas para despertar, alentar y motivar conductas positivas.

La disciplina es el fundamento para la verdadera riqueza, tanto material como espiritual, para la cultura, la autoestima, la felicidad y la realización personal.

Las formas eficaces de inculcar la disciplina vienen siendo: Las recompensas positivas, el establecer las mejores relaciones sobre la base del respeto y el amor, el crear sensación de seguridad y confianza, fijar claramente los objetivos, tomar acuerdos en común, cortar en seco las conductas negativas mediante el aislamiento, no estar disponible para la conducta que se desea evitar, la mutua comunicación de sentimientos y emplear la fuerza del ejemplo.

Para el ser humano, lo más importante es el estar satisfecho consigo mismo y tenerse en alta autoestima. No debemos perder la ocasión de recompensar las buenas acciones con alabanzas, sonrisas, palabras de afecto, de ánimo y de reconocimiento. Moverás al niño y al adolescente a repetir actos positivos, hasta convertirlos en firmes actitudes.

**Por el contrario, si se presta atención al hijo, al alumno sólo cuando se comporta mal, lo único que se conseguirá es que cada día se porte peor.**

El respeto, el amor, la sinceridad y la confianza, engendrar una gran compenetración con la simpatía entre padres e hijos, así como con los educadores y educandos, son condiciones indispensables como para crear y mantener disciplina.

Debemos hablar y dialogar en tono coloquial con nuestros alumnos e hijos; incluso haciendo y proyectando muchas cosas juntos. Incluso el dar a conocer nuestras limitaciones y debilidades cuando éramos pequeños como ellos, nos ayudará a crear más empatía y compenetración mutua.

Con una sola vez que el niño nos coja en mentira ya habremos perdido la credibilidad y no será fácil recuperar su confianza y ofrecerle garantía de seguridad. Necesitan nuestros hijos y educandos estar

convencidos de que sus padres y educadores son de fiar porque siempre dicen la verdad y cumplen lo que prometen.

Se debe poner bien claro ante el hijo o educando, cuáles son las acciones que conviene eliminar y el porqué.

Diseñar verdaderos planes de acción, como recompensas concretas (palmaditas, sonrisas, alabanzas, etc.); ante los comportamientos indebidos se le recordará con la frase: “Reflexiona, puedes mejorar”.

Debemos saber crear acuerdos en común, negociar, establecer contratos, etc., etc., los cuales vienen siendo medios eficaces de inculcar disciplina. Es evidente que



todo contrato funciona si cada cual cumple la parte que le corresponde.

Los esfuerzos y recompensas deben ser tangibles a corto plazo, haciendo ver al sujeto como hace progresos en la conducta tratada.

¡Qué bueno el hacer público, los buenos resultados, entre familiares y amigos!

Siempre ha de analizarse juntos las causas del fracaso, así como el poner juntos el remedio correspondiente.

A nadie se le debe agobiar ni recriminar; se trata de establecer etapas y objetivos de acuerdo a la edad y a las posibilidades.

Invite a su hijo a tomarse un descanso en las malas acciones; la idea es apartarlo de su problema o conducta negativa en donde le vendrá la reflexión y la calma; después de dicho ejercicio establezca un diálogo con él y dígame que le diga cómo se ha sentido en ese aislamiento y tiempo de reflexión.

Ante posibles rabietas, pataletas, enfados, etc.; apártese de su hijo y cuando se calme, obsérquiele con su presencia.

Anime a sus hijos a comunicar sus sentimientos positivos o negativos. Que no guarde para sí la cólera, la ira, la tristeza, el entusiasmo o la alegría. Enséñeles a reducir sus emociones negativas, hablando con toda libertad.

Usted debe esforzarse en escuchar los sentimientos de su hijo más que sus palabras y comprobar si lo que ha dicho y lo que ha querido decir son una misma cosa. Es necesario que su hijo le sienta a usted en su propia onda, que se vea comprendido; el niño, el joven estará mucho más predispuesto a escuchar cuanto tengamos que decirles.

El poder de identificación que tiene el niño, el joven con las personas que son significativas para él (padres, educadores, amigos), les llevan a imitar sus conductas y la imitación es una fuerza moldeadora de la conducta del niño. De ahí la tremenda importancia del buen ejemplo y de la unidad de criterios entre padres y también entre educandos y profesores.

La ausencia de disciplina tambalea la buena educación.

No hay que confundir jamás la tolerancia con la ausencia de normas. No es posible admitir el “dejar hacer”, el “dejar pasar”, como tampoco las intransigencias y el autoritarismo irracional.

Educar es “despertar personas y una persona se suscita por invocación, no se fabrica por domesticación”.

El educando necesita disponer de unas normas claras y precisas, de una buena convivencia, de trato correcto, del saber estar y presentarse, del saber emplear el tiempo y eso no solo se enseña de palabras, sino sobre todo con el ejemplo vivo, que es el que da verdadera autoridad.

La disciplina jamás se entenderá como forma de castigo, sino como la oportunidad de aprendizaje.



**El fin de la disciplina es hacer personas responsables, capaces de superar las dificultades, de ser tenaces y persistentes hasta el final. Es la acción coordinada y responsable, fundamento de la riqueza material y espiritual, de la cultura, de la autoestima, de la felicidad, de la realización personal y de la sabiduría.**

**La disciplina es la llave maestra, la base sobre la que se asienta la eficacia. La falta de disciplina, la falta de orden, de rigor, de método, de persistencia en el esfuerzo conducen inevitablemente al fracaso, a la decepción y al descontento de sí mismo.**

### ***¿QUÉ SE NECESITA PARA OBTENER UNA BUENA DISCIPLINA?***

Se debe encontrar un verdadero motivo por el que merezca la pena luchar; defínalo con toda claridad. Determine con exactitud qué cosas le pueden apartar de tal objetivo, para que pueda ir eliminando todos los obstáculos.

Determine también con la misma exactitud las acciones positivas para alcanzar dichos objetivos, estableciendo prioridades.

Prevea posibles contratiempos, dificultades, tentaciones de abandono y especifique las estrategias especiales que tendrá que emplear para mantener la disciplina.

Visualice el éxito, lo que desea obtener y véalo en sus manos.

Disfrute intensamente tanto el trabajo y el esfuerzo como el descanso y la diversión.

Los posibles fracasos, siempre serán pasos para el éxito.

Persevere y persevere hasta el final; continúe esforzándose hasta haber concluido el trabajo.

**Ni los perdedores, ni los triunfadores nacen, sino que se hacen, se construyen cada día.**

La disciplina es el fundamento de la riqueza, de la felicidad, de la cultura, de la perfección, de la autoestima y de la realización personal.



***¡A ser más ordenados y disciplinados!***