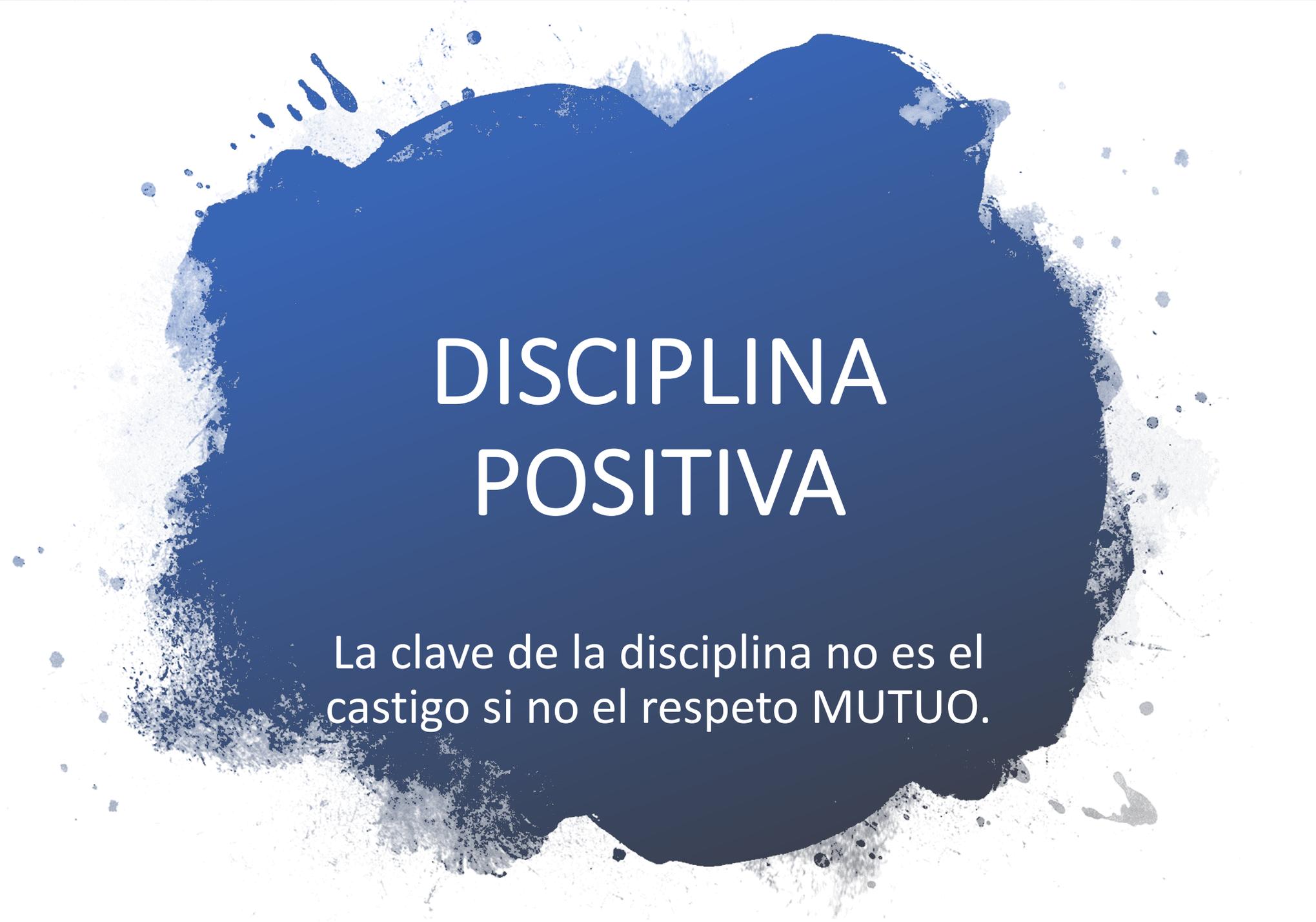




E.S.E. HOSPITAL
Nuestra Señora de
LA CANDELARIA

Guarne, Antioquia



DISCIPLINA POSITIVA

La clave de la disciplina no es el castigo si no el respeto MUTUO.

¿Que es?

Mas allá de una metodología es un estilo de vida familiar basado en herramientas de gentileza y firmeza que enseñan valiosas habilidades sociales y de vida a nuestros hijos.



¿De donde
sacamos la loca
idea de que para
lograr que un niño
SEA BUENO
primero debemos
hacerlo sentirse
mal?



EL PRINCIPIO

Si los adultos quieren que los niños aprendan a adoptar conductas adecuadas, ¿es demasiado pedir que lo aprendan ellos primero?

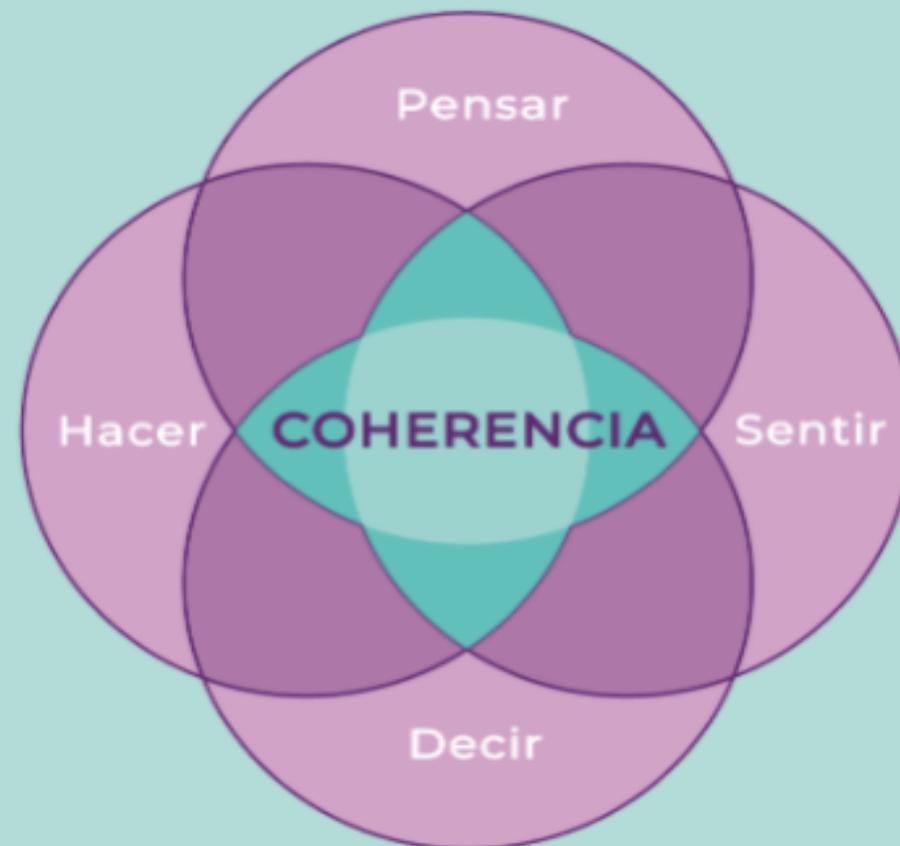


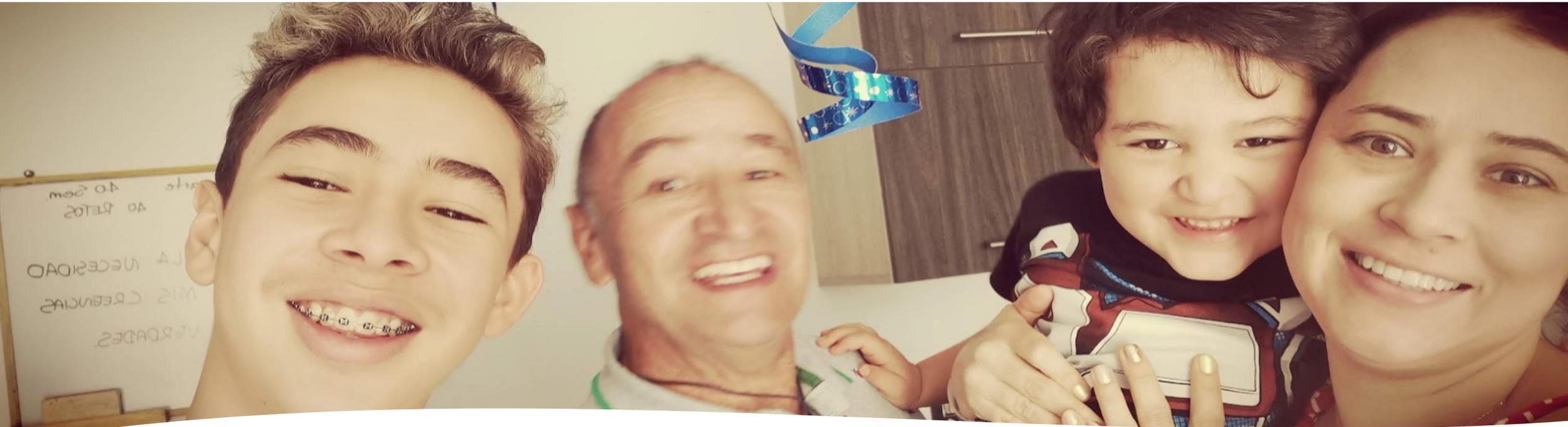
Tenga cuidado con lo que funciona.

Una de las principales razones por las que los padres y maestros continúan utilizando el castigo es por que funciona a corto plazo. Generalmente el castigo detiene por un momento la “mala conducta”, el problema es que los adultos no comprenden el efecto a largo plazo.



Tomar conciencia de nuestras actitudes, de como nos relacionamos con nuestros niños, niñas y adolescentes, nos muestra de que manera estamos en sincronía con nuestro pensar, sentir, decir y actuar; este es sin duda alguna el primer paso de una crianza consciente y educación emocional EXITOSA.

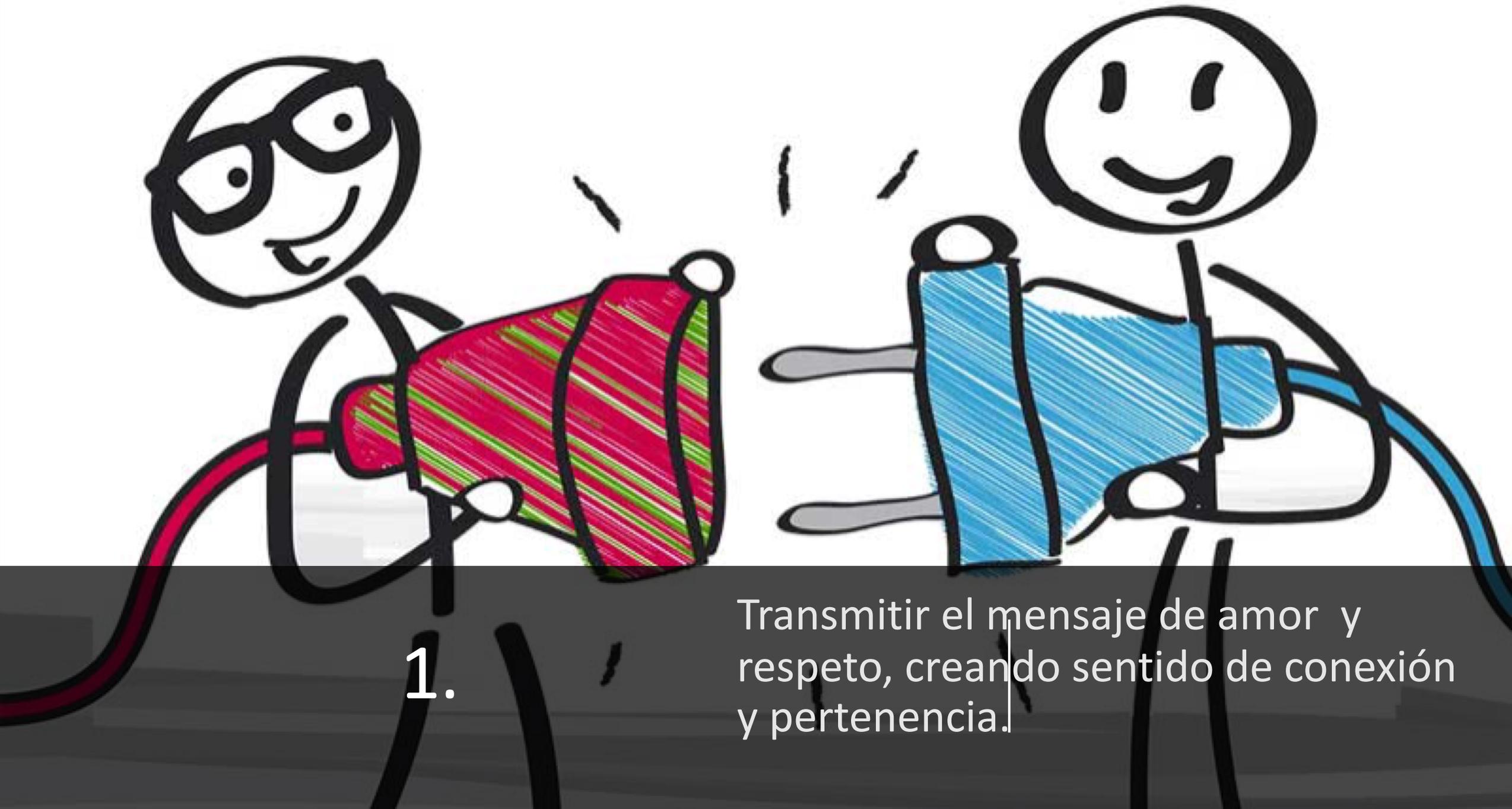




Quando un niño se “porta mal” es porque se siente mal (hace algo desde una reacción emocional automática). Si su estado emocional mejora (se siente bien, en paz, en armonía), su comportamiento también mejorará. Actuamos según nos sentimos, tanto los niños como los adultos. Cuando nos sentimos mal, actuamos “mal”. Cuando nos sentimos bien, actuamos “bien”.

Los principios





1.

Transmitir el mensaje de amor y respeto, creando sentido de conexión y pertenencia.

2. Ser amable y firme
al mismo tiempo: la
amabilidad muestra
respeto hacia los
niños y la firmeza
muestra respeto
hacia nosotros
mismos.





3. Identificar las creencias detrás del comportamiento:
COMPRENDER las razones por las cuales los niños hacen lo que hacen y trabajar en cambiar esas creencias, en lugar de tratar simplemente el comportamiento.



4. Aprovechar los errores como oportunidades de aprendizaje.

5. Enfocarse en las soluciones: ya que es difícil lograrlo cuando estamos molestos y nuestro cerebro se encuentra en un nivel primitivo en el que la única opción es enfrentarnos o huir, es muy útil esperar hasta que nos hayamos calmado y podamos acceder a nuestro cerebro racional.



LA PRACTICA

Durante 21 días pasa al menos 15-30 minutos con tu hijo sin hacer nada más que estar presente. Sin celular, sin libro... Intenta incluso no pensar en todo lo que tienes por hacer. Quédate en el aquí y el ahora... Haz algo agradable con él. Algo que le guste mucho. Disfruta de este rato de simplemente ESTAR y permanecer disponible. Si te pregunta porque estás allí, simplemente dile que le quieres y que te apetece estar a su lado este rato y compartir con el o ella. Si aún no habla busca su mirada y obsérvale... Elige estar PRESENTE esos ratos diarios. Intenta dar esa presencia por elección y no por obligación.



gracias