LA DISCIPLINA CON BUEN TRATO

¡ES POSIBLE!

Cartilla para padres y madres que quieren lo mejor para sus hijos e hijas

Cesip

Centro de Estudios Sociales y Publicaciones
Coronel Zegarra 722, Lima 11, Perú
Telef.: 471-3410 Telefax: 470-2489
E-mail: postmast@cesip.org.pe www.cesip.org.pe

Depósito Legal Nº:

Elaboración: María Elena Iglesias López
Proyecto: Construyendo el Buen Trato
Ilustraciones: Beatriz Chug Oré
Diseño Gráfico: Eric Ghiut Larraín
Impresión: Phobos Diseño y Comunicación SRL

© Cesip Diciembre, 2005

Con el apoyo de Cordaid

¿Qué quieren los Padres y Madres para sus Hijos e Hijas?

- ☑ Los padres y madres comparten el deseo universal de velar por la seguridad de sus hijos e hijas y de ayudarles a vivir y crecer felices, en plenitud, para que sean miembros saludables y colaboradores(as) de la sociedad.
- ☑ Que lleguen a ser adultos y adultas creativos, responsables, solidarios, honestos consigo mismos, felices.
- ☑ La posibilidad de lograr estas metas o aspiraciones se canaliza a través de la crianza, la socialización y la educación y constituye una de las principales funciones de la familia.
- ☑ Lo que para nosotros y nostras es éxito y felicidad, parte de nuestra propia historia; no necesariamente es lo mismo para nuestros hijos e hijas.
- ☑ Educar, socializar, criar, es un desafío que requiere de gran energía y valor.
- ☑ Es una tarea cotidiana, única e irrepetible, que requiere permanentes confrontaciones y decisiones que causan tensión.
- ☑ Al criar, socializar, educar; entregamos herramientas, enseñamos cómo hacerlo, pero son los hijos e hijas quiénes elegirán qué construir.
- ☑ La crianza, la socialización, la educación es un proceso bidireccional, es decir, las dos partes influyen en el proceso. No es algo que hagan sólo los padres y madres (o educadores) sino que se construye en la interacción con el niño o niña.

- Lo que una madre o un padre siente, piensa o hace por sus hijos e hijas y la forma en que lo comunica tendrá un impacto significativo en la manera en que una niña o niño se concibe a si mismo o misma (J. Barudy, 2005).
- Estas aspiraciones y expectativas respecto a nuestros hijos e hijas que se canalizan en el proceso de crianza son la expresión de y tienen como telón de fondo, el Amor que sentimos por ellos y ellas.
- Amor es:
  - "Preocupación activa por la vida y el crecimiento de lo que amamos" (E. Fromm).
  - "Aceptación del otro como legítimo otro en la convivencia" (H. Maturana).
  - "El amor verdadero no puede ser sobreprotector, no puede crear dependencia, no puede ser agresivo, irracional, ni destructivo; no puede ser voluble, no abandona, no es irresponsable, no es intransigente ni egoísta, no miente" (Jane Nelsen).
  - "Después de un tiempo, uno aprende la sutil diferencia entre sostener una mano y encadenar un alma..." (J.L. Borges).

Qué hay detrás de los métodos de disciplina

Disciplinar significa crear guías. Los niños desarrollan su amor propio, capacidad, independencia, cooperación y responsabilidad cuando crecen con directrices. La disciplina es entonces necesaria.

Tiene que ver con establecer normas, límites y valores que favorezcan la convivencia al mismo tiempo que el desarrollo personal y colectivo.

El problema con la disciplina es la forma en que se imparte. Esta forma tiene que ver con dos elementos:

- El estado de ánimo con el que se actúa.
- El método que se utiliza.

Respecto al estado anímico

En todo lo que hacemos siempre está moviéndose una emoción. Generalmente, detrás de la conducta disciplinaria, se agazapa una Emoción Disfuncional.

Una emoción disfuncional es una emoción que no sabemos identificar ni entender, que es tan intensa que no permite funcionar bien, no ayuda a lograr el objetivo que guía nuestra conducta y más bien genera consecuencias negativas.

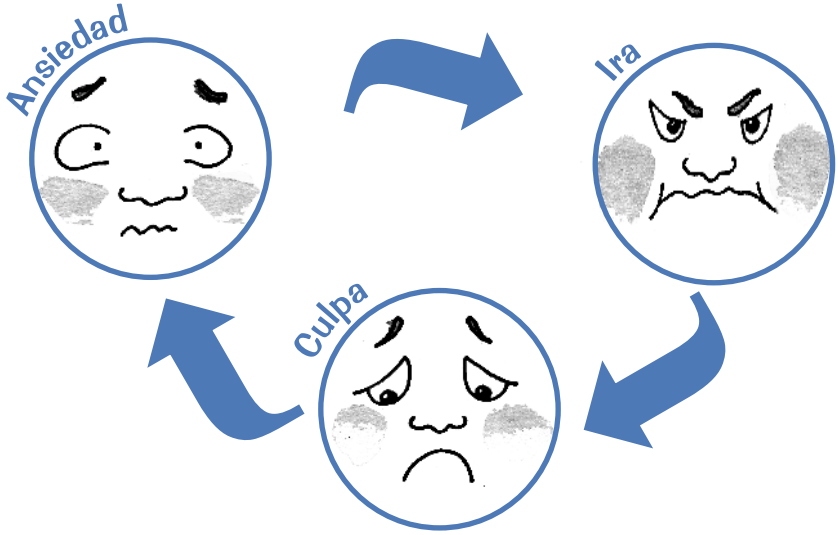
Las emociones que más frecuentemente se mueven en el proceso de socialización y educación, son:

Ansiedad: miedo a algo que se proyecta, algo malo que puede suceder.

Ira: es una expresión de necesidad de autoafirmación ante algo que sentimos que perdemos o que nos amenaza.

Culpa: es el cuestionamiento a uno mismo o una misma por algo que hicimos y que nos hace sentir incómodos o incómodas.

Estas emociones se alimentan mutuamente:



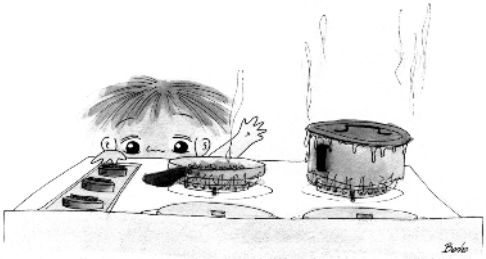
Estas emociones son las más comunes en el proceso de socialización y educación porque nos remiten a temores básicos del ser humano vinculados por un lado, a la herencia filogenética asociada a la sobrevivencia física y por otro, a los primeros vínculos afectivos asociados a la sobrevivencia psicológica.

Cuando interactuamos con un niño o niña en un vínculo tan estrecho como lo es el de madre o padre e hijo o hija (y como también puede serlo el vínculo maestro o maestra y alumno o alumna), en nuestro inconsciente, es decir sin que nos demos cuenta plena, se reactivan sensaciones, recuerdos, emociones, que corresponden a nuestra

propia infancia, a la forma en que fuimos tratados por nuestros propios padres y madres y la manera en la que interactúanos con ellos y ellas. Este proceso interno, sobre todo si no nos percatamos de él, es el que hace que la relación de crianza, socialización y educación se vuelva tan compleja.

Las emociones señaladas como las más frecuentes en el proceso de establecer la disciplina, tienen una expresión funcional:

- La preocupación en el caso de la ansiedad. Es natural que los padres y las madres se preocupen por lo que puede pasarle a sus hijos e hijas, esto es funcional y permite prever riesgos y prevenirlos. Cuando se transforma en ansiedad pierde su funcionalidad.



- El enfado en el caso de la ira. Es natural enfadarse ante aquello que va contra la armonía de la vida en común o ante las reiteradas conductas que demuestran falta de responsabilidad. Cuando el enfado se transforma en ira, se pierde la posibilidad de actuar buscando soluciones para los problemas y lo que se busca es descargar la emoción.

- El arrepentimiento en el caso de la culpa. El arrepentimiento nos impulsa a buscar reparar aquello que hicimos mal; la culpa por el contrario nos amarra a una continua repetición imaginaria de lo que hicimos, nos ubica en la impotencia (no podemos hacer nada) y la frustración y por lo tanto genera nuevamente ira.

Para poder aprender de nuestras emociones, entender el mensaje que siempre nos traen, manejarlas adecuadamente en su expresión y no permitir que se conviertan en disfuncionales es importante no sólo identificarlas sino también entender cómo surgen.

Las emociones son energía en movimiento que induce a la acción. Son la expresión de la forma en que los hechos de la realidad -o imaginarios- nos afectan. Algunas de nuestras respuestas anímicas tienen:

1. Origen biológico como las tendencias innatas del temperamento y/o las emociones primarias ligadas a la sobrevivencia.
2. Otras son condicionadas, promovidas o construidas a partir de las experiencias vividas y que quedan grabadas en la memoria emocional asociadas a determinadas situaciones, eventos y relaciones.
3. Otras, por último son modeladas y aprendidas en el proceso de desarrollo psicosocial.

Estos niveles se relacionan unos con otros y funcionan como un todo.

Los niños y niñas que crecen rodeados de vínculos estables y afectivos, con la seguridad de que son reconocidos y reconocidas, amados y amadas, aceptados y aceptadas y que reciben del entorno respuestas que les ayudan a entender que sus temores básicos (ataque, pérdida) no se van a concretar y que se pueden controlar con la ayuda de otro al principio y a través de su propia acción gradualmente:

- Aprenden a modular sus emociones instintivas o básicas.
- Poseen un repertorio emocional flexible y entienden sus emociones.
- Son capaces de incorporar las normas sociales respecto a la expresión de emociones y pueden hace frente a aquellas normas que no son sanas ni razonables.

Las niñas y los niños, que crecen rodeados de vínculos poco seguros, agresivos y rechazantes:

- Mantienen sus temores básicos permanentemente activos, no los pueden modular.
- Tienen un repertorio rígido de emociones que además no entienden adecuadamente ni saben manejar.
- No les es posible incorporar las normas culturales vinculadas a su expresión y corren el riesgo de enfrentase a las normas como una forma de probar su existencia o de asumirlas como "deberes" y condenar o reprimir la expresión emocional.

Es por todo esto que cada persona tiene dentro de sí una fórmula única de vivencia y expresión emocional que nace de la individualidad de sus experiencias y su personalidad.

Para poder actuar frente a un problema de conducta o un conflicto en nuestras relaciones, los cuales como ya se señaló, generan en nosotros o nosotras emociones intensas (con el riesgo de volverse disfuncionales), necesitamos primero, identificar, entender y manejar la expresión de nuestras emociones: "Un mecánico desea arreglar un carro malogrado mientras sus manos están heridas...." (M.L. Reátegui, 2005) ¿podrá hacerlo eficientemente?. Un padre o madre quiere corregir la conducta de su hijo o hija mientras se siente herido o sumamente enojado por esa conducta... ¿podrá hacerlo eficientemente?

Para poder impartir disciplina de una manera saludable y efectiva y con un enfoque de Buen Trato, los padres y las madres necesitan ser conscientes de que tienen un rol tanto en el problema de conducta que están enfrentando como en la solución. Su rol en el problema tiene justamente que ver con darse cuenta de la manera en que sus emociones interfieren con su intención de corregir, cambiar y orientar la conducta de su hijo o hija. Cuando se hayan percatado de esos elementos, podrán, con mayor eficacia y en un contexto de Buen Trato, desarrollar las estrategias de disciplina más adecuadas (esto lo veremos más adelante).

Los padres y madres necesitan además:

- Desarrollar su propia autoestima para poder apoyar la de sus hijos e hijas.
- Fortalecer sus habilidades de comunicación: cómo expresar afecto, cómo expresar críticas, cómo escuchar activamente.
- Desarrollar estrategias efectivas para establecer, junto con sus hijos e hijas, normas y límites.
- Desarrollar su capacidad de empatía: darse cuenta de los estados emocionales de los demás.
- Conocer el proceso de desarrollo para no tener exigencias que vayan más allá de las posibilidades del niño o niña.

Creencias usuales sobre los niños, las niñas, su conducta y las normas o límites

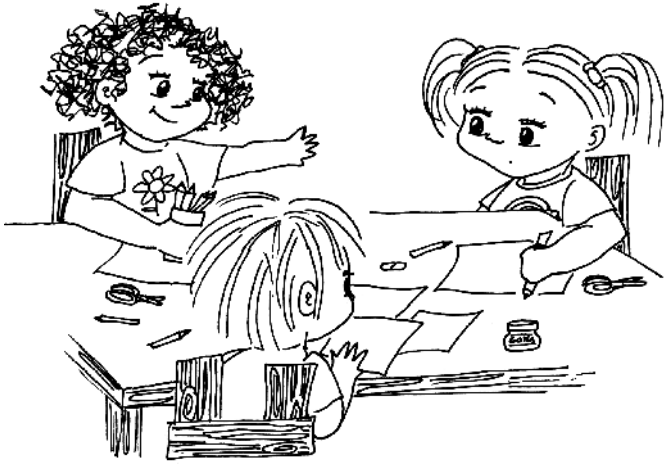
(ML. Reátegui, 2005)

Creencia	Argumentos en contra	Lo que provoca en el niño o niña
Los niños o niñas no deben cuestionar o estar en desacuerdo con sus padres, eso es una falta de respeto.	Coloca al adulto en una posición de TODO PODEROSO que no se corresponde con la realidad ya que a pesar de ser adultos no siempre tenemos la razón y, como todo ser humano, nos equivocamos. Que un hijo o hija no esté de acuerdo con nuestras ideas no quiere decir que nos desapruebe como padres o madres. El silencio del hijo o hija no significa que esté de acuerdo. El niño o niña tiene derecho a estar en desacuerdo con sus padres y tiene derecho a equivocarse.	No estimula en el niño y niña la capacidad de pensar por sí mismo o sí misma. Obligarle a que no nos contradiga le enseña a ser deshonesto consigo mismo y consigo misma. Si no se le permite expresar su desacuerdo y sin embargo él o ella sienten que discrepan, se sentirán culpables y faltos de seguridad en sí mismos o sí mismas.
El niño o niña y su conducta son lo mismo.	Persona y conducta no son lo mismo. Cuando una persona hace algo (correcto o incorrecto) lo hace pensando que está haciendo lo que debe, alguna razón hay detrás de cada conducta por muy terrible que ésta sea. Ante las conductas inadecuadas de los niños y niñas, hay que tomar en cuenta: - Tipo de inteligencia del niño y niña. - Las cosas que el niño o niña todavía no sabe. - Las cosas que pueden estarle perturbando emocionalmente: el mensaje que nos está transmitiendo.	Desvalorización de sí mismo o sí misma. Actuar de acuerdo a lo que se dice de él o ella. Resentimiento. Inseguridad.

Creencia	Argumentos en contra	Lo que provoca en el niño o niña
Son los niños y las niñas los que con su conducta perturban o molestan a los padres y madres.	La perturbación emocional le pertenece a cada persona, especialmente si es adulta. Tiene que ver con la manera en que entiende la situación y esto está determinado por sus vivencias, su historia, lo que le han enseñado.	Sentimientos de culpa. Resentimientos. Inseguridad.
El castigo físico, la culpa y la humillación son métodos efectivos en la crianza de los niños y las niñas.	Está demostrado por diversos estudios que el castigo físico, la culpa y la humillación no enseñan ni logran que los niños y niñas aprendan. Cambian su conducta por miedo o para evitar el castigo pero no interiorizan la importancia o el por qué de actuar de determinada manera.	Actuar de acuerdo a lo que se dice de él o ella. Sentimientos de inferioridad. Aprenderá a protegerse de la humillación y el rechazo a través de la inacción. Resentimiento. Deseos de venganza. Rebeldía. Culpa que le confunde y no le permite actuar. Aprende que usar la violencia es correcto.
Los niños y niñas aprenden más a partir de lo que los padres y las madres les dicen que de lo que les demuestran.	La enseñanza verbal debe ser acompañada por la demostración práctica para que sea efectiva. El cerebro procesa más rápido y con mayor consistencia, lo que ve.	Aprende a ser inconsistente.
El premio y la recompensa mal acostumbran a los niños y las niñas.	El reconocimiento de lo que hacemos bien y del esfuerzo que ponemos en nuestras tareas cotidianas es una importante fuente de motivación y de satisfacción personal.	Siente que su esfuerzo no es reconocido. Desmotivación

Creencia	Argumentos en contra	Lo que provoca en el niño o niña
Los niños y niñas no deben ser frustrados por sus padres o madres.	Es imposible evitar todas las frustraciones que la vida naturalmente trae. No es sano que un niño o niña crezca sobreprotegido o sobreprotegida porque eso no le permitirá desarrollar su capacidad de tolerancia frente a la frustración. La madurez tiene que ver con: - La capacidad de evitar las frustraciones innecesarias. - La capacidad de darle a los problemas su verdadera dimensión para manejarlos y superarlos. - La capacidad de convivir con los problemas que no podemos remover en el momento.	Dependencia. Poca tolerancia a las frustraciones. Falta de metas y de estimulación.
Los castigos fuertes funcionan rápidamente si se aplican desde un comienzo.	La incongruencia entre la conducta y el castigo promueve el sentimiento de estar siendo víctima de una injusticia. Se tendrán que utilizar castigos más intensos cada vez. Se puede llegar a situaciones de intensidad creciente imposibles de manejar.	Resentimiento activo y pasivo. Aprende a temer a sus padres y a generalizar ese temor a otras figuras de autoridad. Sufre. Hay un riesgo para su desarrollo adecuado e incluso para su vida.
El niño o la niña debe granarse el amor y la consideración de sus padres.	El amor y la consideración a los hijos e hijas es incondicional y no depende de cómo se porten.	Imposibilidad de enfocar su atención en la resolución del problema o la superación de la conducta problemática porque necesita estar concentrado o concentrada en un aspecto más básico: garantizar que sus padres le amen.

Creencia	Argumentos en contra	Lo que provoca en el niño o niña
		No pude aprender de sus errores. No encuentra estímulo en esforzarse y hacer las cosas mejor cada vez.
El niño o la niña se calma primero después lo hace el adulto.	Se trata de dos problemas distintos, uno externo: la conducta del niño o niña, y otro interno: la emoción de la madre o padre ante esta conducta. Las soluciones son distintas y el orden de prioridades es de dentro hacia fuera, es decir, el adulto primero resuelve lo que tiene que ver con su respuesta emocional (recordemos al mecánico con las manos heridas). Hacerlo de otra manera supone el inminente riesgo de asumir una conducta de la que después nos arrepentiremos, no contribuye para a nada a la solución del problema inicial, al contrario, probablemente agregue otros.	No recibe la ayuda que necesita para manejar mejor su conducta. Con mucha seguridad será víctima de violencia y/o de castigos exagerados y sin relación con la conducta.



LOS MÉTODOS DE DISCIPLINA

Los métodos de disciplina son las formas en las que se establecen las normas y límites necesarios para la convivencia así como se promueve el ejercicio de los valores que nos parecen básicos para la vida humana plena tanto individual como colectiva.

Tradicionalmente la disciplina se ha impartido a través de métodos autoritarios, impositivos, rígidos e incluso violentos. Recordemos el célebre dicho "la letra con sangre entra" (tiene que ver con la creencia de que para aprender hay que sufrir) que resume esta postura, la cual además respondía al proceso de desarrollo del conocimiento que los seres humanos habían alcanzado sobre sí mismos.

Actualmente sabemos que estos métodos no funcionan, que quizá ayudan a extinguir conductas en el momento en que el método se aplica o ante la presencia de quien tiene el poder de aplicar el método, pero no contribuyen al aprendizaje de lo que es correcto e incorrecto e impiden la autonomía. Adicionalmente, los métodos señalados tienen una serie de consecuencias secundarias negativas que demuestran no sólo su falta de eficacia para el objetivo que se persigue sino su carácter nocivo y negativo para la vida y el desarrollo de las personas.

Información sobre consecuencias del castigo físico:

- Un estudio realizado en 1995 por la Universidad McMaster en Hamilton, demostró que los adultos que habían sido castigados físicamente cuando eran niños tenían más probabilidades de sufrir depresión, adicción y otros problemas de salud mental.
- Una investigación realizada por un cierto número de personas (incluyendo a Straus, 1997 y Baumrind & Ownes, 2001) sugiere que los niños que son golpeados como forma de castigo, tienen más probabilidades de comportarse de una manera agresiva con los otros niños de su edad.
- Otros estudios (Universidad de New Hampshire, 1991), comprobaron que los niños que habían sido golpeados como castigo, al ser observados cuatro años más tarde, tenían más tendencia a golpear a otros, desafiar a sus padres, ignorar las reglas y a ser poco colaboradores, y Durrant (1994) comprobó que los castigos físicos están correlacionados con delincuencia, violencia y crimen más tarde en la vida.
- En 1986, Power y Chapieski comprobaron que los niños de uno a dos años y medio de edad que fueron golpeados mostraron menos progreso en el desarrollo de sus habilidades durante los siete meses siguientes, que los niños que no fueron golpeados.
- Una investigación reciente (1998) hecha por Strauss, probó que los niños golpeados, en promedio, obtienen puntuaciones más bajas en las pruebas para medir su C.I (coeficiente intelectual). Su teoría es que los padres que deciden no golpear a sus niños dedican más tiempo para hablarles y para discutir con ellos las formas de buen comportamiento, y esto influye en la mejora de su rendimiento intelectual. Sin embargo, también es posible que las hormonas del stress producidas cuando los niños están asustados o heridos debido a los golpes que han recibido, disminuyan su capacidad de aprendizaje.
- Cuando se golpea a los niños o cuando se utilizan castigos similares, ellos pueden recibir mensajes no intencionados. Los niños pueden llegar a creer que es aceptable golpear a la gente que se ama y que el empleo de la fuerza es una manera admisible de alcanzar sus metas. Ellos pueden comenzar a concentrarse más en la manera de evitar castigos por ejemplo, que nos los agarren que en las razones verdaderas por las cuales el mal comportamiento no es deseable. Esto hace que ellos tengan más dificultad para aprender a auto dominarse.

Disciplina positiva. www.peelcas.org

Los 5 componentes del Enfoque del Buen Trato y su aplicación a la disciplina

Para aplicar el enfoque de Buen Trato en la disciplina es necesario que al analizar la situación que genera conflicto o dificultad y al decidir la conducta a seguir se tome en cuenta:

Componente de Buen Trato	Lineamientos que guían la Conducta
Reconocimiento	Tomo en cuenta las características de mi hijo o hija: su edad, sus capacidades, la información con la que cuenta, los rasgos de su personalidad, lo que le gusta y lo que le disgusta.
Empatía	Trato de ponerme en su lugar para entender lo que está sintiendo y el por qué actúa como lo hace.
Comunicación eficaz	Le explico con claridad lo que deseo o lo que me incomoda. No le califico a él o ella sino que describo lo inadecuado de su conducta. Me hago cargo de lo que siento. Escucho con interés sus razones y argumentos.
Negociación para solucionar conflictos	Trato de identificar dónde está el problema. Tomo en cuenta el punto de vista de mi hijo o hija. Estoy dispuesto o dispuesta a ceder y ser flexible de acuerdo a la situación. Busco activamente llegar a acuerdos.
Integración igualitaria	No creo tener privilegios o merecer un trato y normas especiales por ser el padre o la madre. Jamás utilizó mi posición de padre o madre para imponer una norma. Jamás utilizo el argumento: "yo te mantengo". Sólo utilizó mi posición de padre o madre como argumento para fundamentar una decisión, cuando no encuentro manera de hacer que mi hijo o hija entienda el riesgo de su conducta para el o ella misma o para otras personas.

Las consecuencias lógicas como método de disciplina y Las 3 R

Las consecuencias lógicas son situaciones que están relacionadas con el comportamiento. Si mi conducta es adecuada lo lógico es que tenga una consecuencia positiva; por el contrario, si tengo una conducta equivocada, la consecuencia será negativa.

Aunque sabemos que no necesariamente esto se da así siempre en la realidad, es necesario brindarles a los niños y niñas este referente que podrá además convertirse en un valor que sería importante en nuestra sociedad.

Este método reúne características que lo convierten en un método apropiado dentro del enfoque de Buen Trato. Estas características se sintetizan en las 3 R:

Respetuosa, es decir, no involucra culpa, vergüenza o dolor, además se pone en práctica en forma que no agrede la dignidad del niño o niña. Su uso implica respeto y consideración por la persona, aceptación incondicional del ser humano y no necesariamente de su conducta, si ésta es equivocada.

Razonable, tanto para el niño o niña como para el adulto. Va de acuerdo con la situación: no es algo sobredimensionado y estuvo planteado desde el principio.

Relacionada, con el comportamiento. Tienen que ver directamente con la conducta equivocada o inadecuada.

Estas características se complementan con el procedimiento que incluye centralmente, discutir con el niño o niña respecto a las consecuencias lógicas y cómo implementarlas en el mantenimiento de las normas y límites que nos permiten vivir mejor juntos y que

nos ayudan a garantizar su propia seguridad y la de otros. Llegado el momento de aplicar la consecuencia lógica, de preferencia, hablar con el niño o niña en privado y abrir las alternativas previamente acordadas.

Diferencias entre el método de las consecuencias y el método del castigo

En el castigo el niño o niña no puede elegir, en la consecuencia lógica si.

Las 4 R del castigo

El castigo provoca:

Resentimiento. Por el sentimiento de injusticia e impotencia que acompaña a todo castigo sobre todo cuando es físico o psicológico.

Revancha. Ligado al sentimiento anterior, queda declarada una situación de lucha.

Rebeldía. Por el intento de recuperar el sentimiento de poder y competencia.

Retraimiento. Ya sea porque se opta por enmascarar y esconder la conducta o porque se instala el sentimiento de ser malo(a) o inadecuado(a) y se decide no arriesgarse.

El propósito de la disciplina es ponerle fin a la mala conducta, no vengarse del niño o niña causándole sufrimiento. Cuando se hace sufrir a un niño o niña con el propósito de educarle, La razón ha sido reemplazada por el poder. Esta forma de proceder se sustenta también en la creencia de que se aprende sufriendo.

La verdad es que los niños y las niñas se comportan mejor cuando se sienten mejor. ¿No le pasa a usted eso mismo?

La mayoría de las cosas que hacemos, tanto los adultos como los niños y niñas, están guiadas por la necesidad humana de obtener reconocimiento (Yo existo) y sentido de pertenencia (Yo soy parte de...). Son motivaciones vitales en el ser humano y se construyen a partir del entorno en el que crecemos y la vinculación afectiva de la que formamos parte. Si bien el sentido básico de reconocimiento y pertenecía se logran (o deberían lograrse) en la infancia y luego se van reforzando a través de las acciones que desarrollamos en la vida, cuando esto no se ha establecido en la primera infancia, nos la pasamos tratando de demostrar nuestra existencia y de conseguir a como de lugar el sentimiento de pertenencia en los diferentes ambientes en los que participamos. Muchas veces es en esta necesidad en donde podemos encontrar la explicación de las conductas inadecuadas tanto de adultos como de niños y niñas y es causa de los conflictos en la relación con los hijos e hijas.

Esto se debe a que, cuando no conseguimos dar respuesta a estas necesidades, generalmente optamos por estrategias inadecuadas para conseguirlo o actuamos guiados por las emociones y sentimientos que esa falta de respuesta ha generado en nosotros o nosotras. Estas estrategias suelen ser:

- Búsqueda de Atención a través de cualquier medio e incansablemente.
- Demostraciones de Poder como forma de sentirse valorado o valorada.
- Acciones de Venganza en respuesta al rechazo real o percibido.
- Sentimiento de Ineptitud asumida como una forma de darse por vencido o vencida ante la percepción de que no es posible encontrar reconocimiento y sentido de pertenencia.

Cuando u niño o niña actúa guiado o guiada por estas estrategias, suele ocurrir que los padres o madres se sientan:

- Irritados o irritadas ante la demanda permanente e insaciable de atención.
- Amenazados o amenazadas ante los intentos del niño o niña de imponer su poder.
- Heridos o heridas por las acciones del niño o niña guiadas por la necesidad de vengarse.
- Ineptos o ineptas, (con la consiguiente ansiedad y culpa que esto genera) cuestionando las propias habilidades como padres o madres frente a la evidencia de ineptitud asumida por el hijo o hija.

Estas emociones son tan intensamente generadoras de sensaciones de desvalimiento que las escondemos tras la ira que por lo menos nos permite sentir que podemos hacer algo, que tenemos algún tipo de poder. Y así se construye el círculo vicioso de emociones disfuncionales que hemos comentado líneas arriba.

La interacción en consecuencia se vuelve inefectiva, dañina y destructiva.

¡La disciplina con Buen Trato es posible! Depende de nosotros y nosotras el desarrollarla, asimilarla y aplicarla.

BIBLIOGRAFÍA

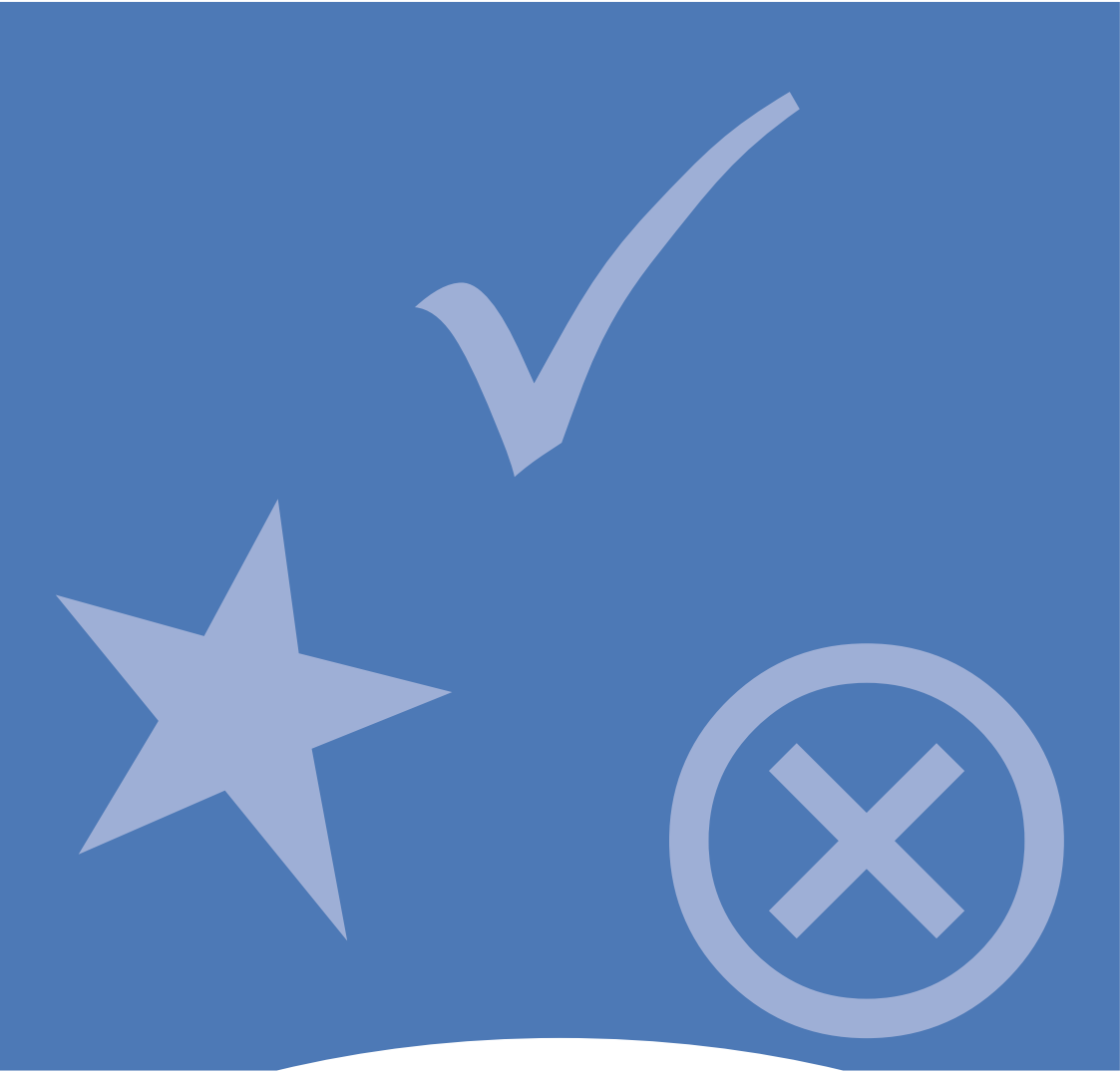
Disciplina positiva. www.peelcas.org

Disciplina con amor. Jane Nelsen. Editorial Planeta Colombiana, 1998.

Los buenos tratos a la infancia. Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan. Editorial Gedisa, Barcelona, 2005.

Intervención psicológica en niños. María Luisa Reátegui. Comunicación personal (dictado de clases) y material de lectura. Maestría en Psicología Clínica con mención en psicoterapia de niños, niñas y adolescentes. Universidad Peruana Cayetano Heredia.

La vida en familia. Departamento de las Ciencias de la Familia y el Consumidor y por el Departamento de Economía Doméstica del Servicio de Extensión Cooperativa de la Universidad Estatal de Nuevo México en cooperación con el Departamento de Servicios Humanos del estado de Nuevo México. La información que se presenta en La Vida en Familia se basa en los trabajos de Stephen Bavolek, Ph.D., creador del Nurturing Parent Curriculum.



Cesip

Centro de Estudios
Sociales y Publicaciones

Logo Cordaid