



PADRES: ¿AMIGOS O AUTORIDAD?

PADRES: ¿AMIGOS O AUTORIDAD?

En este módulo se trabajará en la importancia y necesidad de poner límites a los hijos durante el proceso de crianza y los diferentes estilos de disciplina que tienen los padres para hacerlo.

Se espera que los padres y madres validen su rol de autoridad frente a los hijos, como adultos a cargo de su formación, y aprendan a establecerles límites adecuados.



LA IMPORTANCIA Y NECESIDAD DE
PONER LÍMITES A LOS HIJOS

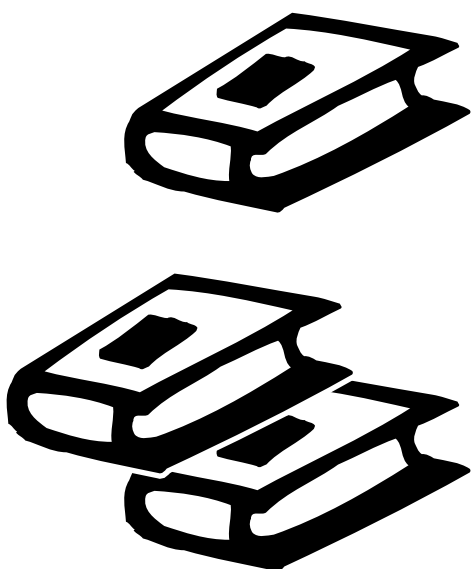
NUESTRO TEMA DE HOY

La paternidad y maternidad se desarrolla a través de múltiples dimensiones a lo largo de la vida. Se es papá y mamá cuando se cuida y quiere a los hijos, cuando nos preocupamos de su salud y alimentación, cuando nos reímos y lo pasamos bien juntos, cuando compartimos las penas y también cuando se les enseña lo que pueden o no hacer.

Entre todas estas dimensiones, una de las tareas que por lo general se hace más difícil a los padres es la disciplina, es decir, establecer normas y límites claros, y definir consecuencias o sanciones justas y educativas si esos límites son trasgredidos.

Algunos padres piensan que poner límites a sus hijos es lo mismo que reprimir la libre expresión de los niños como seres humanos, por lo tanto no ponen ningún tipo de límite. En el otro extremo, hay padres que establecen límites rígidos y los hacen cumplir en forma severa y autoritaria.

Estas distintas formas de ejercer la disciplina tiene parte de su explicación en la propia experiencia de los adultos con sus padres. Cuando la evaluación es negativa, lo que se intenta es las cosas diferentes con los propios hijos, mientras que si la evaluación de los padres es positiva, se tiende a imitar ese modelo. Sin embargo, esto provoca que algunos se vayan de un extremo a otro en materia de límites: si sus padres



fueron muy estrictos, por ejemplo, entonces a sus propios hijos casi no les ponen normas, y cuando las ponen tienden a ser demasiado flexibles en su cumplimiento.

Como ningún extremo es bueno, ni existe un libro de recetas o fórmulas establecidas para ejercer espléndidamente el bello oficio de educar, lo recomendable es mantener una actitud reflexiva, conversar estos temas y evaluar en el camino cómo lo está haciendo cada uno y qué aspectos cree que puede mejorar.

Para trabajar este tema hay algunas distinciones que pueden ser útiles para motivar a la reflexión constructiva de padres y madres que se preguntan constantemente cómo dar lo mejor a sus hijos.

¿ES IMPORTANTE PONER LÍMITES A LOS NIÑOS?

Sin duda esta es la primera pregunta que se debe responder para iniciar una conversación en el tema relativo al cómo educar, y su respuesta es un rotundo sí.

Sabemos que todo niño necesita sentirse seguro en el mundo, necesita, por decirlo así, un espacio conocido a través del cual moverse, una certeza mínima de seguridad y orden.

Cuando nacen, los niños requieren

que los padres los muden y los acuesten, les den de comer cuando tienen hambre, etc. A medida que van creciendo, los niños necesitan que los padres le enseñen que el fuego es peligroso porque quema, o que los enchufes de electricidad no pueden tocarse porque electrocutan.

Estas sutiles y comunes instrucciones permiten que los niños, que no saben lo que hace daño, comiencen a dibujarse lentamente un mapa que los guía en el mundo, mapa que se va agrandando y haciendo cada vez más complejo a medida que van creciendo. Con el tiempo, los niños van internalizando este mapa, lo que significa que poco a poco aprenden a ponerse límites a sí mismos y no necesitan de un adulto que repita siempre la misma instrucción. A esto se llama el autocontrol o autodisciplina, la que se construye en este proceso entre el adulto que enseña y el niño que recibe y aplica este aprendizaje.

Cuando un niño no recibe en forma cariñosa la información de los adultos cercanos sobre lo que no debe hacer, tendrá más dificultad para ciertas normas y formar su autocontrol. En este sentido, más que reflexionar si es o no necesario poner límites a los niños, lo que debiera ponerse en cuestión es cómo se hace.

El sistema de normas que se establece de manera sistemática a los

hijos es lo que entendemos por disciplina. La disciplina en una familia es algo de lo que los padres son responsables, de ellos se espera que establezcan las normas, límites y las hagan cumplir. No es una tarea de los niños.

La disciplina es diferente en cada familia: algunos padres aplican normas y sanciones de modo más bien autoritario y otros prácticamente no ponen límites. Entre ambos extremos existe una gama amplia de criterios y conductas sobre los cuales vamos a reflexionar en este módulo.

Durante la primera etapa de la vida de un niño, los padres definen sus horarios de comida, de sueño, de recreación, entre otros. Van formando así ciertos hábitos, que podríamos decir son normas o límites que los padres ejercen sin explicar al niño por qué lo hacen. A medida que el niño crece las normas que se establecen sin una explicación no tienen sentido para quien las recibe, y se va haciendo más necesario explicar su motivo. Explicar el motivo de la norma no significa negociar con el niño si la norma es justa o injusta, buena o mala, eso es tema para más adelante. En la etapa preescolar y escolar, basta una simple explicación para que el niño sepa por qué debe dormirse temprano, comer a cierta hora, no tocar los enchufes, etc. Un niño de cinco años, por ejemplo, no

puede elegir a qué hora se acuesta o si va o no al colegio; son los adultos quienes tienen que tomar esas decisiones por ellos.

Para un niño las normas y los límites tienen la función de armarle su entorno. Pensemos en un deportista que es puesto en una cancha. Si la cancha está rayada de cierta manera, sabe que el partido es de fútbol, si está rayada de otra manera, sabe que es tenis. Según ese rayado de cancha es como el jugador se va a comportar: si es fútbol, sabrá que se juega con los pies, que no puede tocar la pelota con la mano, etc.

Así como para un jugador en una cancha es importante saber si debe jugar tenis, fútbol o básquetbol, un niño necesita el rayado de cancha de sus padres para saber moverse dentro de ella. Un niño sin estas reglas estará tan desorientado y angustiado como un jugador en una cancha sin rayas. Para el niño adaptarse a reglas conocidas y comprendidas es un medio de ayuda para sentirse contenido, y caminar a paso seguro.

Sin embargo, a medida que los hijos crecen, comprender el por qué de las reglas va siendo cada vez más importante. Esto le ayuda al niño a internalizar esa norma y a obedecerla con mayor grado de conciencia, incluso cuando el adulto no está presente, porque entiende que es bueno para él o para otros. Poco a poco niños y niñas

pueden hacerse responsables de sí mismos y de sus acciones a través de este proceso.

¿CÓMO DEFINIR LOS LÍMITES A LOS HIJOS?

Revisamos ya la importancia de las normas y los límites en el proceso educativo de los hijos. El desafío es ahora saber cómo y cuándo expresamos las normas, y cuáles son las normas que queremos aplicar.

Una de las certezas que se tiene en la educación de los hijos, es justamente la de saber que las normas deben ser comunicadas de una manera muy clara y precisa. Deben ser normas consistentes y consensuadas entre los padres.

Siguiendo el ejemplo anterior del deportista, un jugador de fútbol sabe que si toca la pelota con la mano (y no es el arquero) será sancionado por el árbitro. Sabe, además, que será sancionado por cualquier árbitro que dirija el partido. Asimismo, los niños necesitan saber que si hacen X sus padres van a responder con Y en forma sistemática. Por ejemplo, si un niño recibe lo que quiere cada vez que hace pataleta, aprenderá a conseguir su objetivo repitiendo las pataletas.

Se sabe también que las reglas expresadas de manera confusa, las

normas contradictorias, aquellas que no son del todo comprendidas por los niños, se prestan para dobles interpretaciones y pueden provocar trastornos afectivos posteriores. Normas confusas generan niños confusos e inseguros. Una regla confusa es aquella en que al niño no le queda claro qué es lo que tiene o no tiene que hacer. Por ejemplo: si se le dice que puede ver tele después de comer pero un ratito y a veces sí y a veces no, finalmente el niño no sabe qué es un ratito, o por qué a veces sí y a veces no, se confunde e inseguriza, no sabiendo cómo debe actuar.

También es importante tener en cuenta que no es bueno que existan muchas reglas o normas en la casa. El exceso de reglas genera niños pasivos o muy inseguros. Es mejor tener una cantidad moderada de normas que sean claras y se hagan cumplir siempre.

Cuando la norma es clara, el niño tiene una referencia estable de cómo moverse en el mundo. Gracias a la norma el niño puede ordenar su conducta y saber a qué atenerse. Por eso, es sumamente necesario hacer explícitos los límites con los niños desde que son pequeños.

Suele ocurrir que muchos padres no han instaurado un sistema de normas cuando los hijos son chicos, y al llegar la adolescencia se sienten sobrepasados y no saben cómo

manejar o regular las conductas de sus hijos. Frente a éstos, intentan improvisar la existencia de normas o reglas sin lograr resultados efectivos.

¿QUÉ HAGO SI NO ME HACE CASO?

Esta es una pregunta típica que los padres se hacen, y se relaciona con un tema muy delicado en la educación de los hijos: la sanción que corresponde luego de la trasgresión de un límite. Muchas veces los padres, o quienes tenemos la tarea de educar a otros, confundimos poner límites con castigar como si fueran lo mismo. Sin embargo, es importante diferenciarlos porque los límites son el establecimiento anticipado de una norma, en cambio, el castigo es la sanción por el no cumplimiento de ella.

Probablemente si logramos poner límites claros, podremos evitar muchos castigos. También es importante recordar que la mejor manera en que aprenden los niños es a través del reforzamiento de las buenas conductas, y más que preocuparnos de dar castigos, debiéramos poner el acento en reforzar aquello que están haciendo bien.

El niño debe y necesita saber de manera precisa cuáles son las normas y qué es lo que ocurre si no las cumple. El niño tiene que conocer las

consecuencias de traspasar un límite antes de hacerlo. Esto le da más elementos para darse cuenta que hizo algo indebido, pero además porque es importante formar en niños y niñas la responsabilidad social, es decir, que los actos que uno realiza pueden tener consecuencias negativas o positivas sobre otros y que está en nosotros la posibilidad de optar en uno u otro sentido. Por ejemplo, decirle al niño que no puede tirar piedras, no sólo porque esa conducta será sancionada por los padres, sino porque le puede provocar daño a una persona que es tan valiosa como él. En este sentido la disciplina también puede ser una instancia de formación y no sólo de restricción.

Es necesario que recordemos que niños, niñas y adolescentes se encuentran en una etapa de aprendizaje y que en ese sentido muchas veces se equivocan o cometen errores de manera involuntaria. Por ejemplo: cuando un niño al que le están sacando los pañales se hace pipí, o cuando aprenden a tomar en vaso la leche y se les da vuelta. En estos casos, no es una sanción lo que el niño necesita sino cariño y comprensión por parte de sus padres, y una nueva oportunidad para poder hacerlo cada vez mejor.

En el caso de tener que sancionar la trasgresión de un límite, ¿qué significa que una sanción sea adecuada o efectiva? Muchos padres piensan,

erróneamente, que la sanción es efectiva cuando recurre a medios violentos (palmadas, pellizcos, tirones de oreja o pelo, por nombrar algunos). Se piensa, que una conducta indebida puede ser regulada a través de golpes o amenazas. "Si no haces esto, te voy a pegar", o "ya sabes lo que te sucederá", son frases habituales en algunos padres. Lo cierto es que este modo de establecer la sanción puede, aparentemente, modificar una conducta, pero a costa de provocar mucho daño psicológico (y a veces también físico) en los niños.

Es necesario dejar claro que esta perspectiva es inadecuada porque presenta un abuso de poder. Los padres se encuentran en una posición superior al niño dentro de la familia desde la cual le pueden guiar y proteger. Lo que no pueden hacer es abusar de esa posición, ejerciendo la disciplina a través de maltrato físico o psicológico.

Se sabe que la probabilidad de que un niño que ha sido maltratado sea maltratador en su adultez es muy alta, puesto que, en gran medida, los niños aprenden por imitación a modelos. Por lo tanto, el maltrato a un niño tiene consecuencias no sólo para él sino para otras generaciones.

Un hecho básico e incuestionable es que los niños aprenden más y mejor sin castigo físico. Sabemos, y en las últimas décadas con mayor certeza, que si se

les refuerza con gestos o frases cariñosas, los niños realizan fácilmente los aprendizajes que se desean. Esta perspectiva no es trivial, y su gran aporte es poner el énfasis en el refuerzo de las conductas deseadas. En términos cotidianos, esto quiere decir que es igualmente importante y necesario, además de establecer sanciones, comunicar o explicitar abiertamente a los niños cuando sus conductas, logros o aprendizajes son positivos y deseados.

Cuando existe la necesidad de aplicar una sanción porque se ha trasgredido una norma, es importante que la sanción tenga directa relación con la norma trasgredida o que pueda tener un efecto reparatorio si causó daño a alguien. Por ejemplo, en el primer caso, si el niño ve más televisión de lo que estaba establecido previamente, una buena sanción sería que al día siguiente se restringiera su tiempo de TV. En el segundo caso, si rompe el juguete de un hermano o algo que no podía tomar, la sanción puede ser que le regale un juguete suyo a éste.

Nunca es bueno castigar o amenazar con quitar el afecto. Para el niño esto es demasiado fuerte y dañino. Un ejemplo de esto es cuando los padres no le hablan a sus hijos para castigarlos o les dicen "no te voy a querer más si haces...".

Distintos estilos de disciplina

Podemos identificar ciertas tendencias o estilos que presentan los padres para instaurar la disciplina. Los estilos de disciplina dependen de la forma de control que exista sobre el niño, y es el fundamento básico para el posterior autocontrol que el niño desarrolle sobre sí mismo. Vale decir, el estilo de disciplina es la base para que los niños aprendan a postergar sus deseos, guiarse por sí mismos, desarrollar hábitos y, en resumen, moverse responsablemente por el mundo.

Los tres estilos predominantes de disciplina son:

1. EL ESTILO AUTORITARIO:

Es un estilo de disciplina que se caracteriza porque los padres creen tener siempre la razón y saber perfectamente lo que es correcto para el hijo. Generalmente, la herramienta para ejercerlo es el maltrato físico y psicológico. Es poderoso porque se funda en el miedo que siente el niño a ser castigado.

La consecuencia de este estilo es profundamente negativa porque actúa como un modelo violento a imitar, y progresivamente estimula mayor agresividad en el niño. Al niño le cuesta

entender el sentido de las normas y obedece sólo por miedo, lo que hace que cuando el adulto no está, no obedezca la norma.

2. EL ESTILO HORIZONTAL O AMIGO:

Los padres que ocupan predominantemente este estilo suelen no poner límites porque tienden a situarse al mismo nivel que sus hijos. Confunden la jerarquía que todo padre posee frente a sus hijos con distanciamiento afectivo o, como suele decirse, mala onda; muchas veces se obstinan en ser padres relajados, es decir, padres que prefieren desligarse de ciertas decisiones relacionadas con el poner límites. Esta incapacidad de poner límites deriva en una relación horizontal, vale decir, en la que padres e hijos son iguales o se encuentran a la misma altura.

Esto evidentemente dificulta el desarrollo posterior del sentido de responsabilidad en los niños y su respectiva autonomía para moverse por el mundo. Después de lo señalado en relación a la importancia del rayado de cancha para un niño, no es necesario decir que este estilo es muy confuso y perjudicial para los hijos. Este tipo de padres obliga a sus hijos a poner sus propias normas y límites tomando decisiones que no corresponden a su edad.

3. EL ESTILO DEMOCRÁTICO:

Los padres son capaces de poner límites con cariño y firmeza, porque entienden que ambas cosas son sumamente necesarias para el desarrollo del niño. Son capaces de explicar y dialogar acerca del sentido de las normas y sus respectivas consecuencias (para ellos mismos y para otros). Promueven una actitud participativa a través del debate de situaciones específicas. Permiten desarrollar la capacidad de mirarse a sí mismo y considerar a otros al momento de emprender alguna acción.

Este estilo, en definitiva, promueve conductas pro-sociales (en beneficio de los otros) en los niños, vale decir, niños autónomos, flexibles, que pueden convivir sanamente con otros. Las normas, a través de este estilo, son fácilmente incorporadas por el niño, quien las siente como propias, cargadas de sentido y no impuestas desde afuera arbitrariamente.

Ningún padre o madre pertenece sólo a un estilo, sino que tiene aspectos de todos los estilos, con uno más predominante.

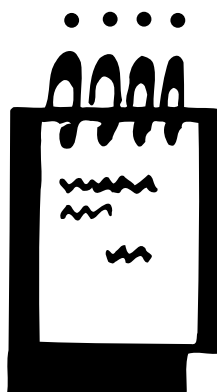
Si bien poner límites a los hijos es un tema complicado, empezar a reflexionar acerca de esto es un primer paso para mejorar las relaciones existentes entre padres e hijos. Lo

importante es aprender a distinguir qué normas son las importantes, por qué es necesario poner límites y cuáles son las formas más adecuadas de aplicar sanciones a los niños. ¿Les suena familiar?

Bibliografía

"Jardín Sobre Ruedas. Taller para padres". Manual para Educadoras, Fundación Integra, 1998.

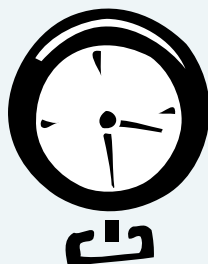
OBJETIVOS PARA ESTA SESIÓN



Se espera que a través del trabajo de esta sesión los participantes logren:

- **Reflexionar sobre la disciplina en la familia, valorando su rol como autoridad a cargo de establecer límites sin abuso de poder.**
- **Distinguir su propio estilo disciplinario predominante, revisando las ventajas y desventajas de éste.**
- **Reconocer las diferencias necesarias en la aplicación de la disciplina según la etapa de vida del niño o niña.**
- **Conocer y reflexionar sobre las condiciones básicas de una disciplina efectiva.**

ACTIVIDADES PARA LA SESIÓN DE HOY



MATERIALES A USAR EN LA SESIÓN

Hojas de papel y lápices según número de participantes.

Fotocopias "Estilos de disciplina" para cada grupo.

Fotocopias de "Hoy conversamos sobre..."

Papelógrafos y plumón.

¿TENGO TODO LO QUE NECESITO?

ACTIVIDAD INICIAL
(20 MINUTOS)

Para iniciar las actividades de hoy se sugiere al facilitador recoger comentarios sobre la sesión anterior, tomando las ideas, reflexiones o preguntas que hayan surgido en relación con los temas tratados.

Es importante darse un tiempo al comienzo para comentar cómo les fue con la tarea, qué aprendieron de ella, o si fue muy difícil hacerla.

Luego puede compartir con el grupo los objetivos de esta sesión, y presentar algunos contenidos del tema de hoy. Se sugiere partir preguntando a los participantes qué entienden por disciplina y qué tan complicado es este tema para cada uno y por qué. Sobre la base de esto puede dar algunas definiciones como: disciplina, límites, castigos, tipos de disciplinas.

ACTIVIDAD PRINCIPAL
REPRESENTANDO A LA
DISCIPLINA FAMILIAR
(45 A 60 MINUTOS)

El objetivo de esta actividad es generar una reflexión en los participantes sobre distintos estilos de disciplina empleados por las figuras adultas, y sus respectivas consecuencias en los niños.

Se divide al grupo en tres subgrupos. A cada grupo se le entrega la tarea de representar un estilo de disciplina, para lo cual se le entrega una fotocopia de la descripción del estilo democrático, autoritario u horizontal, según corresponda.

La representación debe ser una actuación de una escena familiar donde alguno de los adultos tenga que ejercer ese estilo de disciplina con un niño o adolescente.

Después de que cada grupo presenta su actuación pregunte al actor que hizo de hijo cómo se sintió, qué emociones sintió frente a ese padre o madre. También pregunte a los que actuaron de padre o madre cómo se sintieron en ese rol.

Luego siga con los otros grupos haciendo el mismo ejercicio.

Posteriormente invite a los participantes a expresar libremente qué vieron en las representaciones de sus compañeros, cómo les llegaron las escenas, y los sentimientos que ellos manifestaron después de la actuación.

Para guiar el plenario se sugiere:

Reflexionar sobre las consecuencias que tiene en los niños cada uno de los estilos.

Si ha hecho la sesión de comunicación de este taller, se sugiere invitar a los participantes a ver modos de comunicación que provocan nudos y otros que lo facilitan en cada estilo de disciplina.

Finalmente, invite a los participantes a pensar con qué se sintieron identificados y a comentar si les surge alguna reflexión en relación a la forma como establecen límites con sus hijos. ¿Hay algún cambio que quisieran hacer?

Para cerrar la actividad, complemente los contenidos que hayan aparecido con otros que aparezcan al inicio de este módulo.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA
EL DECÁLOGO DE LA
DISCIPLINA EFECTIVA
(45 A 60 MINUTOS)

Forme grupos de tres o cuatro personas y entregue a cada uno una fotocopia de los estilos de disciplina. Pida al grupo que los lea y que luego conversen en torno a las siguientes preguntas:

¿En cuál de los estilos ubicaría a mis propios padres?

¿En cuál de los estilos me ubicaría yo como papá o mamá?

¿Qué desafíos se me plantean a partir de esta conversación en relación a la forma en que ejerzo la disciplina con mis hijos?

Luego en plenario cada grupo presenta las conclusiones de su trabajo y entre todos hacen el "Decálogo de la disciplina con amor y firmeza", el que consiste en diez reglas de oro que este grupo quisiera transmitirle a todo padre o madre que quiere poner límites adecuados y efectivos a sus hijos.

SÍNTESIS

El facilitador realiza una síntesis de los principales contenidos presentados por los participantes en la sesión, y refuerza algunas ideas importantes sobre la base de los contenidos teóricos del módulo y a la hoja "Hoy conversamos sobre..."

Se sugiere preparar un papelógrafo con las características de una disciplina efectiva para reforzar los puntos más relevantes.

Es importante recordar también que los niños y niñas necesitan estos límites para sentir seguridad frente al mundo que los rodea, y que un desafío para los padres es hacerlo con cariño y firmeza.

TAREA PARA LA CASA



La tarea para esta semana consistirá en escribir una carta a sus hijos, señalando todo lo que aprendieron en la sesión. La estructura de la carta es libre y si se desea se puede compartir con su(s) hijo(s) en casa.

EVALUANDO LA SESIÓN (10 minutos)

Invite a los participantes a identificar los aprendizajes de la sesión preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas. Anote todo lo que ellos vayan contando en un papelógrafo.





ANEXO I

HOY CONVERSAMOS SOBRE

Todo niño desde que nace necesita que un adulto lo acompañe en el camino de aprender lo bueno y lo malo, lo correcto y lo incorrecto, lo que le hace bien y lo que le puede dañar. La mejor forma de aprender esto es que los padres refuercen en sus hijos aquello que están haciendo bien, con palabras o gestos amorosos.

Junto con el refuerzo, niños y niñas para sentirse seguros en el mundo necesitan que sus padres le rayen la cancha, es decir, les definan ciertos límites.

No poner límites es tan dañino como ponerlos de forma agresiva.

Los límites o normas deben ser acordados entre los adultos de la casa y luego ser transmitidos a los niños en palabras claras y concretas.

Si somos capaces de establecer normas claras y hacerlas cumplir en forma constante, los niños harán de esa norma un hábito. También sabrán que si la trasgreden tendrán una sanción.

Las sanciones deben ser proporcionales al incumplimiento de la norma, y jamás ser agresivas o abusivas ya que dañan la salud física y mental del niño y sólo le enseñan a ser inseguro y tener miedo.

Los límites tienen que ir siendo cada vez más flexibles a medida que los hijos van creciendo.

Otras ideas que me quedaron fueron:

FICHA DE EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

PARA EL FACILITADOR

1. NOMBRE SESIÓN

2. LUGAR EN QUE SE REALIZÓ

3. FECHA

4. DURACIÓN

5. ASISTENTES (nombres de cada participante)

6. Describa los principales contenidos que surgieron durante la sesión:

7. En general el nivel de participación en esta sesión fue:

ALTO

MEDIO

BAJO

8. Como monitor(a) conducir esta sesión me resultó:

DIFÍCIL

ALGO DIFÍCIL

FÁCIL

9. Creo que esta sesión podría mejorar si: (describir lo que a su juicio faltó o sobró)