

Decálogo de la disciplina

La disciplina entra más por los ojos que por los oídos. No se hace con sermones. Los padres no deben olvidar nunca que ellos son modelo y espejo exactamente para lo mismo que piden y para el mismo comportamiento que exigen a los hijos.

Brota del amor claramente percibido. Puede exigir mucho solo quien da mucho. Todo el aprendizaje, aun el de los límites y las estructuras, empieza con el primer mimo, del que el niño aprende la confianza, el calor, la intimidad y el afecto hacia los que lo rodean. El noventa por ciento de la enseñanza a los niños para que interioricen los límites se basa precisamente en su deseo de agradar a las personas de su entorno. Los niños desean complacer: porque quieren a los que se ocupan de ellos y desean su aprobación y su respeto. Si se considera la disciplina como una enseñanza y se transmite con mucho afecto, atención y capacidad de entrega, los niños se sienten bien cuando la cumplen. Saber ser luz de los ojos de otro es una sensación que nutre e infunde calor.

La disciplina es un quehacer a largo plazo como todas las formas de enseñanza. Las cachetadas y castigos son solo el intento de encontrar un atajo ilusorio. Se trata de construir una "estructura" y para eso hace falta mucho trabajo de cimentación: los padres deben aprovechar cualquier oportunidad para sentarse con un niño y decirle: *"Tendré que hacer que dejes de portarte de ese modo hasta que seas capaz de hacerlo tú solo"*. Es una verdadera declaración de amor: *"Te quiero mucho y por eso, a cualquier costo, te impediré que te equivoques"*.

La madre y el padre deben trabajar juntos, como un equipo. Esto solo sucede si se nutren mutuamente de intimidad, afecto y comprensión. Muchos padres no se ocupan de sus hijos porque no se ocupan de ellos mismos.

No es una guerra. No puede haber vencedores ni vencidos.

La buena disciplina es preventiva. Las reglas deben definirse claramente, conocerse y llegar a un acuerdo con respecto a las mismas. Los padres deben ser claros y precisos, porque la disciplina es fuente de seguridad. Deben decidir antes qué aspecto especial desean que modifique el niño, tratando de ser concretos. No sirve para nada decir a un niño que sea ordenado. Hay que explicarle que debe recoger sus juguetes antes de salir. Los padres deben decir al niño qué quieren exactamente de él y enseñarle cómo hacerlo. Deben alabar el comportamiento correcto y seguir gratificando a los hijos que se portan bien hasta que la disciplina exterior se transforme en el "placer de la autodisciplina".

Es un acto de construcción y enseñanza. Se encuadra en un proyecto de vida y de relación personal. A medida que crece, un hijo debe implicarse en la comprensión y aceptación de los límites. Los "no" deben animar al

contacto y no empujar al aislamiento, atraer a los hijos en el diálogo. De ordinario, después del “no” de los padres llega el “¿por qué?” de los hijos. Tienen derecho a una respuesta. Es importante tener en cuenta la personalidad y el temperamento individual de los hijos. Los límites deben cortarse “a la medida”. El respeto a las necesidades y deseos del niño es esencial. Los padres deben tener la sabiduría necesaria para reconocer la diferencia entre sus necesidades y sus caprichos. Existen muchas buenas razones para fijar límites, además de las obvias de la salvaguarda física, como, por ejemplo, la prohibición de jugar con objetos peligrosos como la toma de corriente, el fuego o los cuchillos. Las cosas se complican cuando hay que decidir si un hijo puede volver de clase solo o si puede ir al parque o quedarse a dormir con la abuela.

Un aspecto importante de los límites es que ayudan a los hijos a crecer fuertes. Si los padres satisfacen todos los caprichos de los hijos, estos crecen débiles y serán siempre incapaces de sobrellevar la frustración. El padre que trata de ahorrar a su hijo cualquier sufrimiento, podría privarle de la oportunidad de desplegar los instrumentos necesarios para afrontar las dificultades.

Los límites ayudan a los niños a desarrollar sus propios recursos. El niño que quiere que se le preste atención, o un juguete o quiere hacer algo y debe esperar o renunciar, aprende también a ser flexible y paciente, a buscar alternativas, a ser creativo, todas ellas cualidades útiles en la vida. La frustración estimula al niño a usar los propios recursos con tal de que, naturalmente, el “no” sea razonable y no produzca desesperación.

Las reglas deberían tener siempre consecuencias. Es importante que las consecuencias estén siempre determinadas con coherencia, así como que estén establecidas antes de que se produzca la violación de la regla. Si el adolescente reconoce que la regla es justa, probablemente no se rebelará cuando sus padres la hagan cumplir.

Bruno Ferrero