

*La educación que deja huella no es la que se realiza de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón*

**H. G. Hendrick**

### **Todo tiene sus límites**

Recuerdo con horror los años en que las mamás decidían no solo lo que los hijos debíamos hacer sino hasta lo que debíamos sentir, pensar y decir. Por fortuna, desde hace un tiempo se vio la importancia de irle permitiendo a los niños tomar ciertas decisiones desde pequeños.

Pero en el proceso nos fuimos al otro extremo. Hoy es usual que desde que aprenden a hablar decidan qué quieren comer, cómo quieren vestir, a qué horas quieren dormir, etcétera. Es decir, los niños hoy no solo tienen voz en su vida, sino también voto y veto.

Por lo anterior, no sorprende que muchos padres se estén hoy viendo abocados a que desde la preadolescencia los hijos "se manden solos", sin tener para nada en cuenta lo que los mayores dispongan.

El hecho de que les provoque, por ejemplo, salir a parrandear cualquier día de la semana o irse solos de fin de semana es suficiente para que lo hagan y, así los padres se opongan, simplemente dan la vuelta y se van. Lo peor es que ni siquiera consideran que están obrando mal.

Si desde pequeños los niños decidieron todo lo que harían y lo que no, ¿qué nos hace pensar que no lo seguirán haciendo a medida que van creciendo? Lo que está ocurriendo es el resultado de que se les enseñó, no a tomar decisiones sino a que ellos son quienes toman todas sus decisiones.

A los niños les gusta jugar al papá y a la mamá, pero solo jugar, no serlo. Hoy los niños ya no juegan a que ellos mandan sino que en efecto los ponemos al mando de sus vidas antes de que estén listos para ello cuando les permitimos que tomen todas sus decisiones sin que tengan la madurez ni los criterios para hacerlo. Estamos empujándolos más allá de sus límites para que sean independientes. Y en el proceso estamos empujándolos, ¡no a que vivan su vida sino a que la arruinen!

**Ángela Marulanda**  
**Autora y Educadora Familiar**

## La disciplina humanizada en los adolescentes: una cara del amor

**Carmen Escallón Góngora**

*Pediatra*

*Terapeuta de familia*

*Docente de la Universidad de Cartagena*

Uno de los pilares más importantes en la crianza de los niños es el sistema de autoridad. La forma como se construye la autoridad desde los primeros momentos de la vida del niño influirá en el curso que tendrá la adolescencia de ellos.

La autoridad está anclada sólidamente en una plataforma de respeto, justicia y equidad. Un buen sistema de autoridad es una fortaleza en la adolescencia. Cuando existe autoridad los padres son modelos positivos de comportamiento para sus hijos.

El adolescente necesita un sistema genuino y digno de autoridad. No requiere el uso de prácticas de dominación y poder por parte de los padres ni de prácticas permisivas y sobreprotectoras. La autoridad es necesaria, las normas son necesarias. A pesar de que el adolescente todo el tiempo las cuestiona, son determinantes para ayudarlo a crecer. Es necesario entonces distinguir la autoridad del poder:

- La **autoridad** no impone, la autoridad invita, se basa en el respeto mutuo. La autoridad establece criterios y llama a la reflexión a todos los que la usan. Es dinámica. Se mueve según las situaciones, es consistente y positiva. La autoridad es ganada por los padres a partir de la admiración y nunca resulta del miedo que se imponga. Tiene en cuenta las necesidades de niños, adolescentes, y de los padres
- El **poder**, por su parte, domina, impone, somete. No tiene en cuenta los criterios, sino la norma rígida. No tiene en cuenta las necesidades de niños y adolescentes, sino las de los padres. Se fundamenta en el miedo y en el uso de una fuerza, sea física, moral o sexual

### Disciplina y normas

La finalidad de la norma es que esta se incorpore en el modo de ser de cada niño y adolescente, simultáneamente con el desarrollo de su autonomía.

En la adolescencia ya se concibe la regla en el terreno del consenso y el consentimiento mutuo, por lo que su práctica nace de la persuasión en vez de la coacción. Por esto, la regla tiene un carácter racional y autónomo y las conductas son de cooperación, para llegar paulatinamente durante toda la etapa al estado final de la conciencia de la regla, la codificación de ella.

En la etapa de codificación de la regla, que suele darse por completo al final de la adolescencia, hay integración social del adolescente, el cual se amolda y admite tanto el arbitraje como los árbitros en asuntos de disciplina.

Es más fácil evitar que un comportamiento indeseable empiece que ponerle fin luego. La disciplina se basa fundamentalmente en permitir que niños y adolescentes desarrollen sus mecanismos de autocontrol. Esta es una tarea que debe empezar desde cuando el niño está en el período de recién nacido y debe llegar hasta la adolescencia.

Es necesario en la crianza que se vea la disciplina como enseñanza y no como castigo. Aprender a seguir las reglas mantiene al niño y al adolescente seguros y les ayuda a mirar la diferencia entre lo que es correcto o incorrecto.

Los padres deben ponerse de acuerdo y deben explicarle claramente las reglas al niño y al adolescente. Con el adolescente se debe hacer una negociación ante ciertas reglas. Cuando los padres y los muchachos no están de acuerdo con las reglas planteadas deben tener un intercambio de ideas que les permita conocerse mejor.

El adolescente trata todo el tiempo de experimentar y rebelarse, pero la mayor parte de ellos pasa por este período y llega a ser un adulto responsable, especialmente si desde temprana edad han experimentado un buen entrenamiento en el autocontrol.

Los límites deben ponerse al adolescente de manera coherente y en medida razonable, según la madurez del chico y sin respaldarlos con el insulto, la amenaza o la violencia física. Un error muy común de los padres es tratar a sus hijos adolescentes como niños cuando se trata del ejercicio de la libertad y como hombres cuando se les exige responsabilidad.

Los padres deben discutir entre ellos las reglas y las sanciones que impartirán ante su incumplimiento. Un buen sistema de autoridad es consistente si los padres manejan las diferencias entre ellos como padres, pero ante los hijos se muestran muy sólidos. Los adolescentes con alguna frecuencia se aprovechan de la debilidad de uno de los dos padres para lograr mayor tiempo fuera de casa o alguna otra necesidad.

Cuando los padres descalifican a sus hijos adolescentes y no permiten que estos les critiquen esta actitud, porque como padres creen ser dueños de la última palabra, se genera un alto grado de agresividad en los muchachos.

Esta agresividad se puede dirigir hacia fuera, mediante conductas agresivas volcadas hacia los maestros, padres, o grupos de pares en oposición.

Igualmente, se puede dirigir hacia sí mismo, con sentimientos de tristeza y riesgo suicida.

Muchos adolescentes desafían la autoridad de los padres, sobre todo lo que tiene que ver con los permisos para permanecer fuera de casa. Los padres deben evaluar cada caso, ya que no existen reglas universales. Cada familia espera un comportamiento diferente de sus hijos adolescentes.

Los padres y los adolescentes deben decidir juntos cuáles van a ser las consecuencias de cumplir o incumplir las normas, estimulándolos siempre cuando siguen las reglas y sancionándolos cuando las incumplen.

Cuando un adolescente incumple una regla se le debe aplicar una **sanción que debía estar definida de antemano**. La sanción no debe ser en público y para ello se debe buscar un espacio de intimidad.

Nunca se debe lastimar al chico en su dignidad, ni bajar su autoestima. Un padre que le dice a su hijo que llega a casa media hora después de la hora acordada *has incumplido media hora el acuerdo de llegada. En ti, que eres tan responsable es como si te hubieras atrasado dos horas. Tú, que eres un muchacho tan inteligente, quiero que pienses acerca de lo que acaba de ocurrir* está respetando la dignidad de su hijo, favoreciendo la reflexión y el cambio.

La forma en que el padre corrige el mal comportamiento del niño o adolescente es muy importante para el hijo. El padre no puede ser tan estricto que el niño o el adolescente no sienta el amor y la buena intención del padre. En este sentido se debe corregir y cuestionar la norma y nunca cuestionar la esencia del niño o adolescente, o quitarle afecto.

En el momento de la sanción los padres deben hablar con su hijo de la misma manera que ellos desearían que alguien les hablase. No se debe recurrir a gritos, apodosos o maltrato físico. Los padres deben ser claros acerca de lo que quieren decir. Por otra parte, se debe permitir la negociación con flexibilidad.

Una vez que se sanciona al chico no se debe quitar la sanción. Es bueno que el niño y el adolescente sientan que la sanción disciplinaria se hace para producir cambio y para reflexionar acerca del hecho sucedido. Por ello es necesario que en el momento en que se impone la sanción los padres deban encontrarse en un tono afectivo adecuado. Hacerlo ante estados de rabia o dolor extremo puede hacer que se vuelvan medidas muy exageradas de difícil cumplimiento.

Nunca se debe anticipar la sanción, es decir, nunca se debe amenazar al chico. La autoridad se funda en la confianza. Un padre que le dice a su hijo en el momento en que se dispone a salir de casa: *¡cuidado con embriagarte! Si lo*

*haces, no sales durante mucho tiempo* lesiona al joven, que siente que la fe que tienen los padres en él no es mucha, produciendo una respuesta que puede ser el consumo de alcohol, pues el chico hace la siguiente representación: *no confían en mí, ¡así que a tomar trago!*

Es fundamental que los padres del adolescente se aseguren de que lo que piden a su hijo sea razonable y coherente con su edad y condición: un ejemplo de una petición irrazonable es el de la madre que le impide a su hijo de diecisiete años salir solo y que pese a los alegatos del chico se mantiene inamovible ante esto.

Cuando un adolescente incumple reiterativamente una norma, tanto los padres como el chico deben reflexionar acerca de la norma misma: es posible que haya que hacer ajustes.

En resumen, los padres que manejan adecuadamente la autoridad actúan en la creencia de que tanto los niños como los padres tienen ciertos derechos y que las necesidades de ambos son importantes. No necesitan hacer uso de la fuerza física para disciplinar al niño o al adolescente, pero son los que establecen reglas claras y les explican a los chicos por qué esas reglas son necesarias. Por otra parte, razonan con sus hijos y escuchan los puntos de vista de los jóvenes, aunque no estén de acuerdo con ellos.

Las siguientes son recomendaciones a los padres sobre el ejercicio sano de la autoridad para disciplinar a los adolescentes:

- Establezcan un adecuado sistema de comunicación con su hijo adolescente
- Discutan las normas con su hijo adolescente
- Ante el incumplimiento de una norma, sancionen en privado al chico con la sanción acordada previamente
- Ante el incumplimiento repetido de una norma, reflexionen acerca de la norma misma y de su pertinencia
- No lastimen a su hijo adolescente, no lo ridiculicen, no lo comparen
- Sean flexibles y humanos con su hijo adolescente
- Sean consistentes en la disciplina con sus hijos
- Nunca quiten una sanción o medida disciplinaria
- Cuando se equivoquen pidan disculpas a sus hijos
- Sean modelos de comportamiento positivo para sus hijos

## **Lecturas recomendadas**

Gordon T. *Cómo enseñar autodisciplina a los niños en el hogar y en la escuela*. México: Diana; 2005.

Nelsen J. *Disciplina con amor*. 8ª ed. Colombia: Planeta; 1998.

Posada Á, Gómez JF, Ramírez H. *El niño sano*. 3ª ed. Bogotá: Editorial Médica Panamericana; 2005.