

El pasado mes de marzo de 2008, se produjeron unos incidentes en el campo municipal de fútbol del Llano de Brujas que han significado la expulsión de la competición del equipo juvenil de segunda categoría. Es para mí y para toda la familia del Plus Ultra, un hecho que ha supuesto un serio antecedente y una mancha en nuestra historia que será difícil de borrar.

Aún no sé si esto se pudiera haber evitado, ni sé los motivos, más allá de la venganza por el trato dado a estos jugadores en el partido celebrado en Sangonera, que pueden inducir a realizar estas salvajadas. Me resisto a entender que esto sólo es un hecho producido por el afán de venganza por un agravio en otro momento.

La escuela y yo particularmente, nos hemos propuesto que este tipo de incidentes no puedan volver a ocurrir con ninguno de nuestros jugadores. Desde que empecé en esta labor de enseñanza del fútbol, uno de los principios por los que me he sentido orgulloso de mi trabajo, es por enseñar a los niños que, por encima de cualquier otra cosa, está la deportividad y el juego limpio.

Este incidente ha calado profundamente en mi autoestima y ha supuesto un toque de atención importante que debo tener en cuenta. Algo hemos hecho mal, o algo se está haciendo mal en el mundo de la enseñanza del fútbol, que posiblemente sea el resultado de una sociedad cada vez con menos valores.

Creo firmemente que con un esfuerzo por parte de todos: monitores, coordinadores, federaciones y los padres y madres, podemos establecer unas normas por las cuáles debe moverse la educación de nuestros hijos.

No quiero que el fútbol sea el caldo de cultivo dónde se esconden futuros delincuentes. No quiero ver esas imágenes que nos ponen en televisión de peleas en las gradas con la intervención de la policía. No quiero jugadores vengativos ni provocadores, no quiero violencia ni fanatismos...

El fútbol debe ser un lugar en el que prevalezca la concordia y debe ser un ejemplo de competencia, pasión, lucha y pundonor, pero siempre con deportividad, corrección y nobleza.



Por mi parte, quiero dar un paso más para que nuestra escuela sea un ejemplo en el cual no se vuelvan a repetir sucesos o acontecimientos de este calibre. Será difícil olvidar lo que pasó, pero estamos obligados a tomar las medidas necesarias para que no se vuelva a repetir.

Hay muchas armas con las que podemos luchar para evitar este tipo de incidentes, pero debemos empezar por lo más importante: la educación como instrumento para fomentar el buen comportamiento de nuestros hijos. Ya nadie puede negar que la sociedad camina hacia algunos parámetros en los que la educación que reciban nuestros hijos puede ser decisiva para un día de mañana más prometedor. Y en el ámbito de la educación debemos prestar especial atención a un apartado fundamental: La **disciplina**.

He decidido iniciar un capítulo en el cual todos tengamos un lugar donde podamos establecer unas pautas a seguir en la educación de nuestros hijos. Con esto no quiero ser el paradigma de la educación en nuestras casas, ni quiero inmiscuirme en terreno privado, pero sí me veo en la obligación de dar una serie de indicaciones que puedan resultarnos de ayuda en determinados casos.

Como director de la escuela, partiendo de la base de que no es fácil enseñar disciplina a nuestros hijos y no es mi propósito indicar a los padres lo que hay o lo que no hay que hacer (yo también soy padre y sé lo difícil que es esta tarea), me atrevo a ampliar de algún modo, un planteamiento que pueda orientarnos sobre este tema tan importante.

Es mi obligación hablar sobre la manera que tenemos de trabajar y de promulgar la disciplina dentro de la escuela, una forma que entendemos como viable para que los niños puedan conjugar diversión y disciplina en un mismo contexto.

La **disciplina** en el fútbol es algo **prioritario**. Lo primero que hay que enseñar a un niño es que el fútbol es un deporte colectivo y como tal, estará sometido a unas reglas grupales que son indispensables para mantener el orden, la armonía y la organización de la escuela. Cuando un niño se inscribe en una escuela debe saber que inmediatamente estará sujeto a unas normas de conducta que debe cumplir.

Pero la disciplina no debe ser algo que se imponga por la fuerza, a no ser que el comportamiento traspase los límites de la tolerancia, sino por la conciencia colectiva de que estamos en un grupo y, como tal, estamos sujetos a esas normas.

Para que la disciplina se pueda tomar en serio nosotros trazamos una serie de normas basadas en algunos principios básicos como pueden ser:

- Establecimiento de límites: algo fundamental en la educación
- Coherencia.
- Prioridad a lo positivo: refuerzo positivo siempre por encima del negativo.
- Desaprobar la conductas, no a los niños: son malas las acciones, no los niños que las cometen.
- Control de las emociones
- Firmeza
- Argumentación de lo que se pide

Es importante añadir que la educación en la escuela, y si hablamos de disciplina aún con más énfasis, si no va reforzada por los padres carece de sentido. Es necesario que ambos vayamos en la misma dirección y si discrepamos en algo, debamos solucionarlo lo antes posible. **No se puede reprobar una conducta desde la escuela que más tarde pueda ser aprobada o consentida en su casa y viceversa.** No vale buscar excusas en los demás, sino que hay que buscar en uno mismo.

Antes de abordar este apartado de la disciplina quiero recordar que la escuela dispone de un Reglamento interno, que pueden consultar en esta misma página web, con algunos principios básicos que nosotros aplicamos a la educación deportiva, llevada al campo de la educación en general:



LA DISCIPLINA

Esencialmente la disciplina es una forma de aprender del niño y una manera de que los padres, o en este caso los monitores, puedan enseñar las conductas más productivas y satisfactorias para él y para las personas que le rodean.

La disciplina es un proyecto de enseñanza a largo plazo; es una expresión de interés, atención, sentimiento, voluntad, amor, etc. y sobre todo, una gran responsabilidad para los padres. Desde que nace, el niño necesita el cariño de sus padres, pero también la autoridad y el ejemplo para orientarles en su trayecto hacia la autonomía.

Inicialmente, el niño es incapaz de controlar sus impulsos y aún carece de un criterio suficientemente desarrollado para decidir y responder por las consecuencias de sus actos en gran parte de las situaciones que se le presentan. Por eso los padres deben hacer un gran trabajo para mantener la serenidad y orientarles y resolver sus conflictos sin agredirlos ni faltarles al respeto.



Disciplina no es sinónimo de castigo. La palabra procede del latín y tiene el sentido de conocimiento o instrucción. También puede equipararse con socialización: proceso mediante el cual los niños adquieren hábitos, destrezas, valores y motivos para ser capaces de convertirse en medios productivos y cumplidores de las normas en sociedad.

Y cuanto antes empecemos y tomemos nota sobre la importancia de la educación en su vida e iniciemos este proceso de socialización, mejor podremos iniciar este arduo camino en la vida de nuestros hijos.

Según el psicólogo Francisco Gavilán: *"En los cinco o seis primeros años de vida se conforma gran parte de la personalidad de una persona. A los niños hay que hacerles sentir personas y buscar el equilibrio: ni ser muy restrictivo ni muy permisivo. Pero lo más importante son los ejemplos: los niños lo copian todo. Hay que enseñarles a competir, pero con ellos mismos, no con los demás. Y ¡cuidado! las comparaciones son siempre humillantes. La forma en que educamos a los niños determinará que sean y tengan buenos amigos"*.

Enseñar con disciplina significa fijar límites a su conducta y establecer reglas de convivencia.

Es importante tener claro que una disciplina eficaz a la hora de aplicar a nuestros hijos los **límites** a los que pueden llegar en cualquier situación es fundamental. Si nosotros presentamos una buena regla, nuestros hijos estarán dispuestos a cumplirla porque lo que ellos quieren, y eso es importante tenerlo en cuenta, es agradarnos. También debemos reconocer que a veces no nos encontramos preparados para establecer esos límites, o al menos, nos falta habilidad para hacerlo. Hablamos demasiado, exageramos en la emoción, y en muchos casos, nos equivocamos en nuestra forma de expresar con claridad y con excesiva autoridad.

Los límites le otorgan al niño la confianza necesaria para relacionarse socialmente y le permiten conocer lo que los demás aceptan o desaprueban. El niño debe saber exactamente lo que esperamos de él, por eso es necesario explicarles las normas y su razonamiento de manera sencilla y asegurarnos de que nos ha entendido correctamente.

Los límites y las reglas deben quedar muy claros, tanto sobre lo que no deben hacer como, sobre todo, lo que sí deben hacer. No es sostenible hacer que obedezca porque "soy tu padre o tu madre" o porque "eres pequeño". Si estamos enseñando al niño a ser independiente y responsable tenemos que darle también la oportunidad de tomar decisiones dentro de su tiempo y su autonomía. Los padres fijaremos unos márgenes de cómo y cuándo debe hacer las cosas, "cuando termines de comer", "a partir de las tres", etc. Pero los niños también deben sentirse libres y respetados para tomar decisiones.

Al enseñar al niño se debe encontrar un equilibrio entre la personalidad del niño y la forma de ser de los padres, ya que cada persona es única, e incluso en la misma familia no se puede aplicar la misma disciplina a niños diferentes.

Es importante comprender el estado emocional por el que pasa el niño en cada momento y observar todas las características de su comportamiento en determinados momentos y situaciones antes de abordar los límites a establecer.

Si nos doblegamos a los caprichos de los niños, ellos no tienen que responsabilizarse de sus actos ni considerar los sentimientos de los demás, no podrán aprender a ponerse de acuerdo ni a llegar a tratos justos; no sabrán cómo relacionarse y se sentirán incapaces y desplazados. Ceder a los reclamos, gritos, llantos, o ruegos del niño y cambiar nuestras decisiones para satisfacer sus deseos, seguramente lo tendrá contento durante un rato, pero en el fondo nos perderá el respeto y no se sentirá ni cuidado ni protegido. El niño no sólo admite nuestra autoridad, sino que la busca y la provoca. Cuando no

encuentre límites se volverá desafiante y probará hasta ver dónde puede llegar.

Los niños necesitan saber las consecuencias de sus actos, pero también deben tener la oportunidad de explicarse. Tales intercambios colaboran en el desarrollo del sentido de la responsabilidad por la conducta propia. El entendimiento que el niño tenga de la situación, a largo plazo determinará la conducta autorregulada.

Debemos recordar siempre dos cosas muy importantes:

- Las normas deben ser justas y razonables. Si son arbitrarias, o son motivadas por caprichos nuestros, hacen que los niños pierdan el respeto y se rebelan.
- Debemos ser constantes y congruentes: si aplicamos la disciplina según nuestro estado de ánimo, si damos normas para hoy y no para mañana, el niño sufrirá una gran inseguridad y mostrará rechazo y confusión.

Algunos errores comunes suelen ser:

- Consentir las actitudes incorrectas.
- Dejar hacer lo que quiera, muchas veces por comodidad (ser consentidos)
- Exigir un comportamiento maduro cuando aún no está preparado. Exigirle más de lo que puede dar.
- Pasar de un extremo a otro. De la exigencia máxima a consentirlo todo.



Algunas estrategias para que los niños sean disciplinados pueden ser las siguientes:

Debemos tener objetividad

Es frecuente oír expresiones como "Pórtate bien", "Sé bueno", o "no hagas eso" Las expresiones muchas veces significan diferentes cosas según de qué niños se trate, porque como ya hemos dicho, cada niño es un mundo distinto de los demás. Nuestros hijos nos entenderán mejor si interpretamos nuestras normas de una forma más concreta adaptada a su forma de ser. Un límite bien especificado dice a un niño exactamente lo que debe estar hecho. "Habla bajito en una biblioteca "; "Da de comer al perro ahora": "dame la mano para cruzar la calle". Esta es una forma que puede aumentar substancialmente la relación de complicidad de su hijo.

Firmeza

En cuestiones realmente importantes, cuando existe una resistencia a la obediencia, nosotros necesitamos aplicar el límite con firmeza. Un límite firme dice a un niño que él debe parar con dicho comportamiento y obedecer a tus deseos inmediatamente. Por ejemplo: "Vete a tu habitación ahora" o "¡Ya vale!, "los juguetes no son para tirar".

Los límites firmes son mejor aplicados con una voz segura, sin gritos, y una seria mirada en el rostro. Los límites más suaves suponen que el niño tiene una opción de obedecer o no.

Ejemplos de ligeros límites: "¿Porqué no llevas tus juguetes fuera de aquí?"; "Debes hacer las tareas de la escuela"; " Venga a casa, ¿vale?" "Yo realmente deseo que te limpies".

Los límites son apropiados para momentos cuando se quiere que el niño actúe en un cierto camino. De cualquier modo, para esas pocas obligaciones "debe estar hecho", serás mejor cómplice de su hijo si les aplica **un firme comando**.

La firmeza está entre lo ligero y lo autoritario.

Acentuar lo positivo (Es mejor pedir que hagan algo a que no hagan algo)

Los niños son más receptivos cuando se le manda "hacer" a cuando se les ordena no hacer. Mandatos cómo el "no" o "para" dicen a un niño que es inaceptable pero no explica qué comportamiento le gustaría en cambio. En general, es mejor decir a un niño lo que debe hacer ("Habla bajo") antes de lo que no debe hacer ("No grites"). Padres autoritarios dan más órdenes "no", mientras los demás están propensos a aplicar el orden con el "hacer".

Mantenerse al margen

Cuándo decimos "quiero que te vayas a la cama ahora mismo", estamos creando una lucha de poder personal con nuestros hijos. Una buena estrategia es hacer constar la regla de una forma impersonal. Por ejemplo: "Son las 10, hora de acostarse" y le enseña el reloj. En este caso, algunos conflictos y sentimientos estarán entre el niño y el reloj.

Explicar el porqué

Cuando una persona entiende el motivo de una regla, como una forma de prevenir situaciones peligrosas para sí mismo y para otros, se sentirá más animado a obedecerla. De este modo, lo mejor cuando se aplica un límite, es explicar al niño el porqué tiene que obedecer. Entendiendo la razón para el orden ayuda a los niños a que desarrollen valores internos de conducta o comportamiento- una conciencia. Antes de dar una larga explicación que puede distraer a los niños, manifieste la razón en pocas palabras. Por ejemplo: "No interrumpas a las personas cuando hablan. Es de mala educación"; "Si tiras los juguetes de otros niños, ellos se sentirán tristes porque les gustaría jugar aún con ellos".

Sugerir alternativa

Siempre que apliques un límite al comportamiento de un niño, intenta indicar una alternativa aceptable. Por hacerlo sonará menos negativo y su hijo se sentirá menos desaventajado. De este modo, te empeñas en decir "no sé si te gustará mi pintalabios, pero eso es para los labios y no para jugar. Aquí tienes un lápiz y papel que pinta mucho mejor". Otro ejemplo sería decir "No te puedo dar un caramelo antes de la cena, pero te puedo dar un helado de chocolate después". Por ofrecerle alternativas, le estás enseñando que sus sentimientos y deseos son aceptables. Este es un camino de expresión más correcto.

En muchos casos podemos dar a nuestros hijos una oportunidad limitada de decidir cómo cumplir sus "órdenes". La libertad de oportunidad hace que un niño sienta una sensación de poder y control, reduciendo las resistencias. Por ejemplo: "¿prefieres hacer tu la maleta o la hago yo?" Esta es una forma más fácil y rápida de decir a un niño exactamente lo que hacer.

Ser consistente

Una regla puntual para una efectiva puesta del límite es evitar una regla repetitiva. Una rutina flexible (acostarse a las 10 una noche, a las 10 y media en la próxima, y a las 11 en otra noche) invita a una resistencia y se torna imposible de cumplir. Rutinas y reglas importantes en la familia deberían ser efectivas día tras día, aunque estés cansado o indispuerto. Si das a tu hijo la oportunidad de dar vueltas a sus reglas, ellos seguramente intentarán resistir.

Desaprobar la conducta, no el niño

Es necesario que dejemos claro para nuestros hijos que nuestra desaprobación está relacionada a su comportamiento y no directamente a ellos. No les estamos rechazando. Lejos de decir "Niño malo" (desaprobación del niño). Deberíamos decir "No muerdas" (desaprobación de la conducta). En lugar de decir "realmente no puedo controlarte cuando actúas de esta forma", deberíamos decir, "Estas latas no están para tirar. Mira primero si valen para algo"

Controlar las emociones

Los investigadores señalan que cuando los padres están muy enfadados castigan más seriamente y son más propensos a ser verbalmente y/o físicamente abusivos con sus niños. Hay épocas en que necesitamos llevar con más calma, y contar hasta diez antes de reaccionar. La disciplina es básicamente enseñar al niño cómo debe comportarse. No se puede enseñar con eficacia si usted es extremadamente emocional. Delante de un mal comportamiento, lo mejor es llevar un minuto de calma uno mismo, y después preguntarse con calma, "¿qué sucedió aquí?". Todos los niños necesitan que sus padres establezcan las guías de consulta para el comportamiento aceptable. Cuanto más expertos hacemos en fijar los límites, mayor es la cooperación que recibiremos de nuestros niños y menor la necesidad de aplicar consecuencias desagradables para que se cumplan los límites. El resultado es una atmósfera casera más agradable para los padres y los hijos.

El exceso y el defecto en la disciplina pueden ser muy negativos para la educación del niño y en ocasiones conduce a conductas peligrosas

Los errores adictivos pueden ser diversos: desde la tolerancia indiscriminada o la sobreprotección hasta el abandono, la severidad y la violencia educativa. Todos ellos pueden constituir el caldo de cultivo de diversos trastornos, entre los que cabe contar la conducta antisocial juvenil.

Hay diversos factores que inducen a la indisciplina adolescente: En primer lugar, la severidad excesiva demuestra que cuando los padres son muy exigentes, o bien estropean al niño a fuerza de querer hacerlo perfecto, o hacen nacer la rebeldía, en lugar de favorecer la honradez. Y así vemos a estas víctimas de la disciplina fría o brutal como aprovechan la primera ocasión favorable para liberarse de toda tutela y hacer lo que les da la gana.

Por otro lado, hay padres demasiados débiles. La disciplina personal, especialmente el poder de retenerse, de actuar o de privarse de una cosa deseada, debe ser inculcado al niño en el curso de los dos primeros años de su existencia.

Del 70 al 80 por ciento de los delincuentes proceden de familias disociadas, (por divorcio, muerte o abandono) o de familias cuyos padres no se entienden.

El niño que ve a su padre y a su madre disputar entre sí, juzga la sociedad en su conjunto sobre el mismo modelo, y llega a creer que él también debe defender violentamente su punto de vista si no quiere ser aplastado.

Puede suceder que aunque la familia esté relativamente unida, las ocupaciones de los padres dejan a los niños muchos ratos libres, y una libertad que, al perder la vergüenza, se vuelve libertinaje.

Bibliografía:

Karla Salgado, psicóloga de la universidad autónoma de México.

http://www.espaciologopedico.com/articulos2.php?Id_articulo=565