

Apego y Disciplina

Judy Mandolfo



Visite nuestro sitio web al:
www.CAcaregivers.org



Niveles de apego y cómo afectan directamente la
manera de disciplinar

Desarrollo cerebral

Fragmentos del Dr. Bruce Perry, M.D., PH.D



- Apego
- Autorregulación
- Afiliación
- Conciencia
- Tolerancia
- Respeto

Apego (No es lo mismo que vinculación)

¿Qué?

Capacidad para formar y mantener vínculos emocionales saludables con otra persona. Primera relación.

¿Por qué?

Los vínculos afectivos permiten que un niño ame, se convierta en un buen amigo y sea un modelo positivo para futuras relaciones. Dificultad para hacer amigos y confiar en los adultos.

Autorregulación

¿Qué?

Capacidad para percibir y controlar los impulsos principales (hambre y sueño) y los sentimientos (frustración, ira y miedo).

¿Por qué?

Interponer un momento entre un impulso y una acción es esencial.

Sintonía / Conciencia

¿Qué?

Reconocer las necesidades, intereses, fortalezas y valores de los demás.

¿Por qué?

La conciencia les permite aprender sobre las necesidades y complejidades de los demás al observar, escuchar y establecer relaciones con una variedad de niños, y se convierten en parte de un grupo.

Afiliación

¿Qué?

Para unirse a otros y contribuir a un grupo

¿Por qué?

Estamos biológicamente diseñados para vivir, jugar, crecer y trabajar en grupo.

Tolerancia

¿Qué?

Capacidad para entender y aceptar que los demás son diferentes a tí.

¿Por qué?

Es natural y humano tener miedo a lo nuevo y a lo diferente. Para volverse tolerante, un niño primero debe enfrentar el miedo a las diferencias.

Respeto

¿Qué?

Apreciar el valor que hay en ti mismo y en los demás.

¿Por qué?

Pertenecerá a muchos grupos, conocerá a muchos tipos de personas y será capaz de escuchar, negociar, transigir y cooperar. El respeto permite al niño aceptar a los demás y apreciar el valor de la diversidad.

Cosas que debes recordar



- Cuidado y contacto físico con permiso.
- Entender para ser entendido.
- Edad emocional, NO cronológica.
- Humor y sentido de la perspectiva.
- Consistente, predecible, repetitivo.
- Paciencia.
- Apreciar los pequeños logros.
- Modelar.

CONECCIÓN

1 Conversación

↓
Los niños necesitan UNA conversación significativa cara a cara con uno de sus padres cada día.

8 Contacto físico

↓
Los niños necesitan un mínimo de 8 caricias durante el día para sentirse conectados
(12 si están pasando por momentos difíciles).

9 Minutos

↓
Hay 9 minutos durante el día que tienen el mayor impacto en un niño. Los primeros 3 minutos justo después de despertarse, los 3 minutos después de llegar a casa del colegio y los últimos 3 minutos del día antes de acostarse.

Objetivos de una disciplina eficaz

- Fomentar las relaciones
- Proteger y cuidar el bienestar físico y psicológico de los niños
- Favorecer el desarrollo de los niños
- Satisfacer las necesidades de los niños
- Enseñar formas de prevenir y resolver problemas
- Mantener y fomentar la relación entre padres e hijos
- Ayudar a los niños a desarrollar el autocontrol y la responsabilidad

Tomarse tiempo y dar tiempo

- Tómese su tiempo para recuperar la compostura.
- Dé a los niños la oportunidad de cambiar su comportamiento.
- Dígalos adónde deben ir y cuánto tiempo deben estar ahí, e ignore su comportamiento mientras están en el tiempo de castigo.
- Después, hable con ellos sobre lo que han aprendido.
- Concéntrese en actividades positivas y déles elogios.

**A los niños no les importa
cuánto sabes...**

**hasta que descubren que te
preocupas por ellos.**

