

# LA AUTODISCIPLINA

*Una Clave al Éxito de  
Su Estudiante*

*Cuando hablamos de disciplina, algunas personas piensan en los padres imponiendo reglas. Pero el tipo de disciplina más efectivo es la autodisciplina. Y el mejor lugar para que su hijo la aprenda es en casa.*



Los adultos no tienen otras personas que controlan lo que ellos hacen todos los días. Ellos deben asumir muchas responsabilidades por sí mismos: llegar puntalmente al trabajo, preparar la comida, limpiar y hacer las compras. La autodisciplina los ayuda a manejar sus vidas.

Su hijo también necesita adquirir autodisciplina. Para comenzar, establezca reglas claras y espere que él las siga.

Su función debería ser ayudar a su hijo a depender menos en la disciplina que aplica *usted* y más en la *autodisciplina*. Cuando su hijo adquiera autodisciplina, no será necesario que usted le recuerde constantemente lo que debe hacer.

Los niños que tienen autodisciplina son más organizados, asumen responsabilidad por el aprendizaje, ¡y suelen rendir mejor en la escuela!

# Maneras de Ayudar a Su Hijo a Desarrollar la Autodisciplina



## TABLA DE QUEHACERES



ALIMENTAR  
AL PEZ



HACER  
LA CAMA



DOBLAR  
LA ROPA

- Establezca rutinas. Por ejemplo, espere que su hijo fije un horario regular para hacer el trabajo escolar todos los días.
  - Cree un ambiente de apoyo en su casa. Un niño que tiene miedo de cometer errores no puede adquirir autodisciplina.
  - Establezca criterios claros sobre lo que es aceptable y lo que no lo es. Inculcarle los valores familiares a su hijo lo ayudará a desarrollar autodisciplina.
  - Aplique las reglas familiares de manera sistemática, para que su hijo siempre sepa lo que usted espera de él.
  - Asígnele quehaceres a su hijo para enseñarle planificación y responsabilidad. Haga una tabla de quehaceres para no tener que recordárselos una y otra vez.
- Dé un buen ejemplo. Muéstrole a su hijo lo que significa tener autodisciplina.
  - Felicite a su hijo cuando muestre autodisciplina. Diga cosas como, “Siempre puedo confiar en que serás puntual”.

*Cuando usted ayuda a su hijo a desarrollar la autodisciplina, lo está preparando para el éxito en la escuela y en la vida.*

English Stock # 103F  
Spanish Stock # 203F  
1-800-756-5525 © 2024  
No puede ser reproducido

THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®

[www.parent-institute.com](http://www.parent-institute.com)