

# LA AUTODISCIPLINA:

*Una Clave al Éxito de Su Estudiante*

*Cuando hablamos de disciplina, a menudo pensamos en los padres estableciendo reglas para sus hijos. Pero el tipo de disciplina más efectivo es la autodisciplina. Y la mejor manera para usted de fomentarla es en la casa.*



Los adultos no tienen otras personas que siempre están verificando lo que ellos hacen todos los días. Ellos tienen muchas responsabilidades que tienen que cumplir por sí solos—llegar a tiempo al trabajo, hacer compras, limpiar y preparar comidas. La autodisciplina los ayuda a organizar sus vidas.

Su niño también necesita desarrollar la autodisciplina. Esto comienza con usted estableciendo reglas claras y teniendo la expectativa de que su hijo las cumpla.

El papel de usted como padre es de ayudar a su hijo a depender menos de *usted* y a depender más de la *autodisciplina*. Una vez su niño desarrolle autodisciplina no necesitará recordarle lo que debe hacer.

Los niños que tienen autodisciplina son organizados. Ellos se hacen responsables de sus estudios—¡y tienen éxito en la escuela!

## Aquí Tiene Cómo Usted Puede Ayudar a Su Hijo a Desarrollar la Autodisciplina



- Asegúrese de que las reglas familiares se cumplan regularmente para que su hijo sepa lo que usted espera de él.
- Dele a su hijo quehaceres para enseñarle a planificar y a organizar. Evite tener que recordarle lo que debe hacer al crear una tabla de quehaceres.
- Establezca rutinas. Por ejemplo, espere de su hijo que fije un horario diario regular para el estudio.
- Sirva como ejemplo. Demuéstrele a su hijo lo que significa tener autodisciplina.
- Desarrolle un ambiente casero que apoye la autodisciplina. Un niño que tiene miedo de cometer errores no podrá desarrollar autodisciplina.
- Tenga criterios claros para su familia de lo que es aceptable y lo que no lo es. Comparar con su hijo los valores de la familia le ayudará a desarrollar autodisciplina.
- Elogie a su hijo cuando esté ejerciendo la autodisciplina. Diga cosas como, “Siempre puedo contar contigo a que llegues a tiempo.”

*Cuando usted ayuda a su niño a desarrollar la autodisciplina, lo está preparando a tener éxito en la escuela y en la vida.*

English Stock # 103F  
Spanish Stock # 203F  
1-800-756-5525 © 2009

THE  
**PARENT**  
INSTITUTE®  
www.parent-institute.com