

# DISCIPLINA

## **Definición**

Es estar a tiempo, cumplir con nuestras obligaciones en el momento adecuado.

## **Tema**

El valor de la disciplina se adquiere dotando a nuestra persona de carácter, orden y eficacia para estar en condiciones de realizar las actividades que nos piden y poder desempeñarlas lo mejor que se pueda y ser merecedor de confianza.

Una persona disciplinada habla por sí misma, se deduce lo responsable que es para organizar su tiempo, actividades y está al pendiente de cumplir con lo encomendado. Su palabra es sinónimo de garantía y credibilidad ante los demás.

La disciplina es un entrenamiento que corrige, moldea, da fortaleza y perfecciona su misión es formarte buenos hábitos y establecer una serie de reglas personales que te comprometan contigo mismo para alcanzar un ideal, esto sin duda es una de las tareas mas importantes de tu vida.

La persona que posee el valor de la disciplina es aquella que cumple con sus obligaciones, haciendo un poco más de lo esperado, al grado de sacar adelante su trabajo y todo aquello en lo que ha empeñado su palabra.

Es muy significativa la forma en que aprecia el horario y el orden. No se olvida de mantener un ambiente agradable y armónico donde se encuentra. Es feliz con lo que hace, no ve el compromiso como una carga, no se molesta cuando le piden algo, piensa que es el medio para perfeccionar a otros a través del servicio a los demás.

Cuando eres disciplinado en tus acciones cotidianas, con tu familia, en la escuela y en la comunidad, no hace falta que te vigilen y controlen, porque tú mismo estás al pendiente de cumplir lo que te corresponde.

Con la disciplina desarrollas la capacidad de ejercer control de tus deseos, carácter, emociones, lenguaje y actitudes; todo esto te ayudará a conseguir las metas que te has trazado, convencido de lo que quieres y resuelto a que nada ni nadie te moverá de tu idea.

El dominio de nosotros mismos no ocurre automáticamente, necesitamos que nos guíen nuestros padres y maestros para que apoyen el proceso y así poder lograr consolidar el valor de la disciplina. La familia transmite el valor con el ejemplo, para que así sea mas fácil adquirirlo.

## ❖ **Cómo desarrollar la disciplina**

Lo podemos lograr si...

- Aprendemos a reconocer los apoyos que tenemos y los aprovechamos de tal manera que nos ayuden a llegar a la meta.
- Descubrimos que este valor nos ofrece la oportunidad de participar cívicamente.
- Nos preocupamos por leer, ejercitarnos y alimentarnos adecuadamente.
- Pensamos que con paciencia y disciplina podemos aprender muchas cosas y llegar muy lejos.
- Somos realistas y nos esforzamos por desarrollar más nuestras habilidades y destrezas.

## ❖ **Pienso positivamente**

“Si descubres tus intereses, seguramente tendrás más oportunidades de lograr tu realización personal”

“Todos los triunfos nacen cuando nos atrevemos a comenzar”

“Nada muestra mejor la disciplina de cada cual, que su manera de hacer las cosas”

## ❖ **Para reflexionar**

### **Decálogo de la disciplina**

1. Trate de hacer todo bien, desde el principio hasta el final, cuidando los detalles.
2. Planee con tiempo cada una de las actividades; así se evitarán las improvisaciones.
3. Ponga atención y concentración: requiere esfuerzo pero vale la pena por la calidad obtenida.
4. No se acelere; serenidad, calma, pero sin pausa.
5. Revise las cosas dos veces. Tenga una actitud permanente de autoevaluación de sí mismo y de todo lo que hace. No se conforme, vuelva a intentarlo.
6. Cuidando las cosas pequeñas, la calidad se convierte en excelencia: cada vez poco mejor.

7. Tenga ojos para ver lo que otros no ven: detalles que pueden ser mejorados. Detecte los problemas cuando son pequeños y solúcelos en ese momento.
8. Una persona sana es aquella que mantiene un equilibrio en los aspectos físico, mental, emocional y social.
9. Son muchas alternativas que tenemos para desarrollar la disciplina, como las actividades al aire libre, los deportes, juegos de mesa, culturales y las bellas artes.
10. Disciplina en nuestro ser, mas calidad en nuestras actividades, da igual a excelencia.

Que implica la disciplina en la familia:

- Conceder prioridad a los compromisos de la familia
- Estar a tiempo en nuestros compromisos para no tener contratiempos
- Realizar oportunamente las actividades sin necesidad de que nos lo pidan
- Mostrar estima por otros, haciendo lo que es correcto en el momento oportuno