

TÍTULO: DISCIPLINA POSITIVA EN EL AULA.

ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA: ALUMNOS/AS DE 1º a 4º ESO

DESCRIPTOR: Se trata de la resolución de conflictos en el aula a través de la disciplina positiva, incidiendo, sobre todo a través del control de las emociones.

DESCRIPCIÓN:

Se ha diseñado la actividad para alumnos/as que han tenido alguna situación conflictiva en el centro con algún compañero/a y/o profesorado y han perdido el control (gritos, golpes, amenazas, puñetazos contra la pared, la mesa...), se ha llegado a dar el caso de lesionarse por dar algún golpe.

Durante unas semanas, de forma muy seguida, se dieron este tipo de comportamientos entre alumnos/as muy concretos, como si fuera una "moda".

Se pensó entonces en la necesidad de que estos alumnos/as reflexionaran sobre ellos mismos, sus emociones, sus actuaciones cuando pierden el control emocional, sus relaciones con el profesorado y con sus iguales, también con su familia y su entorno cercano fuera del centro.

Se preparó la actividad siguiendo los siguientes pasos:

- En primer lugar, la selección del alumnado. Grupos pequeños de 3 ó 4 alumnos/as. Se seleccionaron en función de su comportamiento, actuaciones disruptivas, relación con otros compañeros/as... evitando que en el mismo grupo coincidieran alumnos/as que hubieran tenido algún conflicto previo tanto dentro como fuera del centro. El objetivo era hacerles sentir cómodos y libres para expresarse como quisieran.

- Información a las familias y autorización: Se informó a las familias de que se iba a desarrollar esta actividad y se pidió autorización por escrito para realizarla, ya que tendrían que salir de sus clases de forma ocasional, incluso realizar alguna actividad fuera del centro.

- Instalaciones: debido al mal tiempo, las sesiones se han desarrollado en la biblioteca, aunque llegando estos días soleados, las siguientes se harán al aire libre, para situar al alumnado en un ambiente relajado y abierto.

- Desarrollo de las sesiones: se diseñan tres sesiones para cada grupo (hay tres grupos de cuatro alumnos/as cada uno).

En la primera sesión se trata de poner el foco sobre sí mismos. Recapacitar sobre momentos de confrontación que hayan tenido, un pequeño tiempo para quejarse (sólo 5 minutos) o excusarse sobre "por qué llegué a esa situación" (me provocaron, el profesor me tiene manía, etc.) e identificar cómo gestionan sus reacciones y sus sentimientos cuando llegan a situaciones violentas.

En la segunda sesión analizan las sensaciones físicas que han sentido en esas situaciones, las identifican y toman conciencia sobre el hecho de que en otras ocasiones han podido controlarse (qué han hecho en esos momentos, por qué en otros momentos no han podido hacerlo, etc.)

En la tercera sesión se le ofrecen alternativas, técnicas, de relajación, de irse del conflicto, y se practican, preferentemente al aire libre.

El profesor que dirige la actividad es sobre todo moderador, y les anima a reflexionar sobre su comportamiento y sus relaciones con los demás.

MATERIALES: papel, bolígrafos, materiales ya elaborados para la reflexión sobre sus acciones, materiales con los que puedan trabajar la relajación, y otros que requieran ellos, ya que cada alumno/a encontrará su actividad para poder relajarse.