

Disciplina Positiva en el aula:

La clave de la disciplina es el respeto mutuo

Lic. Joan Hartley MSc.

I. Introducción al marco conceptual de la Disciplina Positiva

- * Alfred Adler (1870 – 1937) y Rudolf Dreikurs (1897-1972)
- * Jane Nelsen y Lynn Lott

1. El enfoque positivo: Un cambio de paradigma

- * Alfred Adler: Todas las personas tienen el mismo derecho a la dignidad y el respeto.
- * Se centra en el desarrollo de capacidades y, por tanto, se orienta al empoderamiento.

1. El enfoque positivo: Un cambio de paradigma

- * Confía en la sabiduría y capacidad de cada adolescente y apuesta porque cada uno pueda desarrollar un sentido de agencia sobre su vida.
- * Invita a padres y maestros a concentrarse en lo positivo.

1. El enfoque positivo: Un cambio de paradigma

- * “Debemos darnos cuenta de que no podemos construir en deficiencias, sólo en fortalezas. No podemos ayudar a nuestros niños [y jóvenes] – ni a nadie – a tener fe en ellos mismos mientras nosotros no tengamos fe en ellos.” (Dreikurs, R. Social equality: the challenge of today, p. 121).

1. El enfoque positivo: Un cambio de paradigma

- * Cuando las personas se enfrentan a desafíos en un ambiente que los alienta, hay crecimiento; de lo contrario, hay evasión. El rol del maestro es alentar el crecimiento.
- * Parábola del pato, el pez, el águila, el búho, la ardilla y el conejo.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

La Disciplina Positiva es un conjunto de principios y herramientas que permiten desarrollar:

Habilidades socioemocionales

Relaciones basadas en el respeto mutuo

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

Principales retos al trabajar con jóvenes

- No escuchar - Pelear
- Contestar ofensivamente
- Quejarse - Pataletas
- Falta de motivación - Lenguaje vulgar
- Textear constantemente
- Interrumpir - Impuntualidad
- Adicción a las redes sociales
- Actitud o conducta desafiante
- Problemas con las tareas
- Quedarse dormido en clase
- Terquedad
- *Bullying – Acoso en la escuela*

Habilidades y valores que queremos formar en los jóvenes

- Autoestima saludable - Cooperación
- Responsabilidad - Amabilidad
- Autodisciplina - Empatía
- Compasión - Felicidad
- Respeto por sí mismo y por los demás
- Honestidad - Automotivación
- Habilidad para resolver problemas
- Amor y respeto por la naturaleza
- Aprendizaje permanente - Resiliencia
- Sentido del humor - Credibilidad
- Confianza en su propia capacidad
- Conciencia social

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

Las siete percepciones y habilidades significativas:

1. Sólidas percepciones de las capacidades personales: “Soy capaz”.
2. Sólidas percepciones de la importancia de las relaciones primarias: “Contribuyo de manera significativa y soy genuinamente necesario. Siento que pertenezco y que soy importante”.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

3. Sólidas percepciones de poder e influencia sobre la propia vida: “Puedo intervenir en lo que me suceda”.
4. Sólidas habilidades intrapersonales: “Conozco mis emociones y me autorregulo”.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

5. Sólidas habilidades interpersonales: “Me relaciono con otros y desarrollo amistades a través de la comunicación respetuosa, la escucha activa, la cooperación, la conciliación y la empatía”.

6. Sólidas habilidades sistémicas: “Respondo a los límites y las consecuencias de la vida diaria con responsabilidad, flexibilidad, adaptabilidad e integridad”.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

7. Sólidas habilidades de juicio: “Utilizo mis aprendizajes y mi sabiduría y evalúo situaciones de acuerdo a valores adecuados”.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

Riesgos

- * Falta de motivación
- * Sentido de tener derecho a todo
- * *Bullying* – Acoso en la escuela
- * Abandono escolar
- * Abuso de alcohol y drogas
- * Embarazo en adolescentes
- * Suicidio
- * Delincuencia
- * Participación en pandillas

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

La aplicación de la Disciplina Positiva en el aula requiere **que el maestro comprenda que:**

1. La calidad de las relaciones y el clima escolar son absolutamente importantes para el aprendizaje exitoso del alumno.
2. **El ambiente de trabajo y el clima del aula es definido por él.**

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

3. El sentimiento de pertenencia y de sentirse importantes, por parte de sus alumnos, promueve su sentimiento de conexión con la escuela.

4. Sus alumnos van a estar más dispuestos a colaborar cuando se les permite tener un sentido de agencia propia sobre lo que les sucede.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

5. Es importante cuestionar la tradición de disciplinar a los alumnos a través del control adulto, bajo un sistema de premios y recompensas.

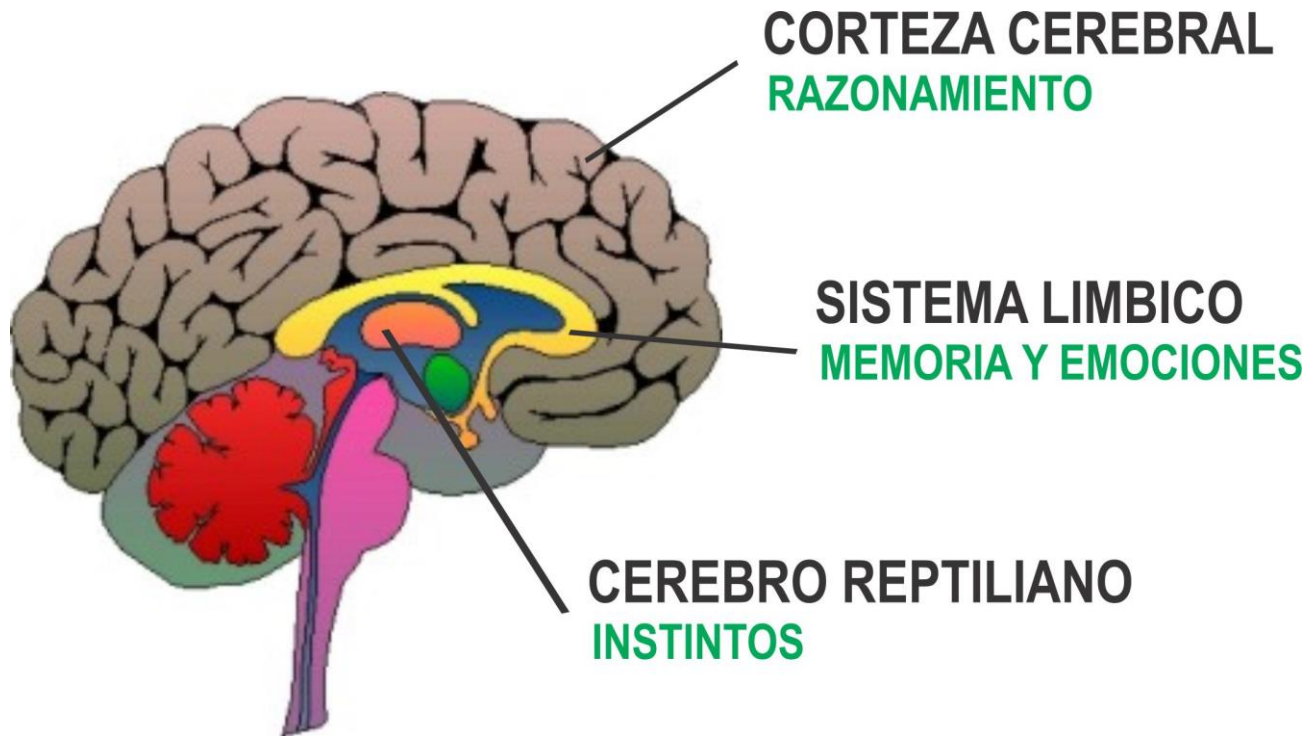
6. Las consecuencias a largo plazo del castigo son nocivas.

2. Las habilidades socioemocionales hacen la diferencia

7. El respeto, la empatía, la confianza en la capacidad de sus alumnos, el aliento constante y el amor incondicional por sus alumnos son ingredientes esenciales para establecer relaciones de respeto mutuo.

8. Necesita esforzarse en desarrollar sus propias habilidades socioemocionales.

3. El cerebro en la palma de la mano



4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

- * Los seres humanos somos seres sociales.
- * Actividad vivencial: El mundo en conexión con los demás y el mundo sin conexión con los demás.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

- * La primera meta de un niño o niña – y de toda persona - es sentir que pertenece y que es importante.
- * El comportamiento está orientado por metas y, a su vez, estas metas se basan en creencias.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

- * Un adolescente que se comporta mal se encuentra desalentado.
- * El mensaje escondido detrás del mal comportamiento es: “Soy un adolescente y quiero pertenecer y sentirme importante y tengo una creencia equivocada sobre cómo lograrlo”.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano



4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

Las cuatro creencias y metas equivocadas del comportamiento son:

Meta equivocada	Creencia
1. Atención inapropiada	1. “Pertenezco solo cuando tengo tu atención”
2. Poder mal dirigido	2. “Pertenezco solo cuando estoy al mando o al menos no te permito que estés tú al mando”
3. Venganza	3. “No pertenezco pero al menos te puedo lastimar”
4. Deficiencia asumida	4. “Me rindo. Es imposible pertenecer”

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

UN ADOLESCENTE ALENTADO NO NECESITA PORTARSE MAL.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

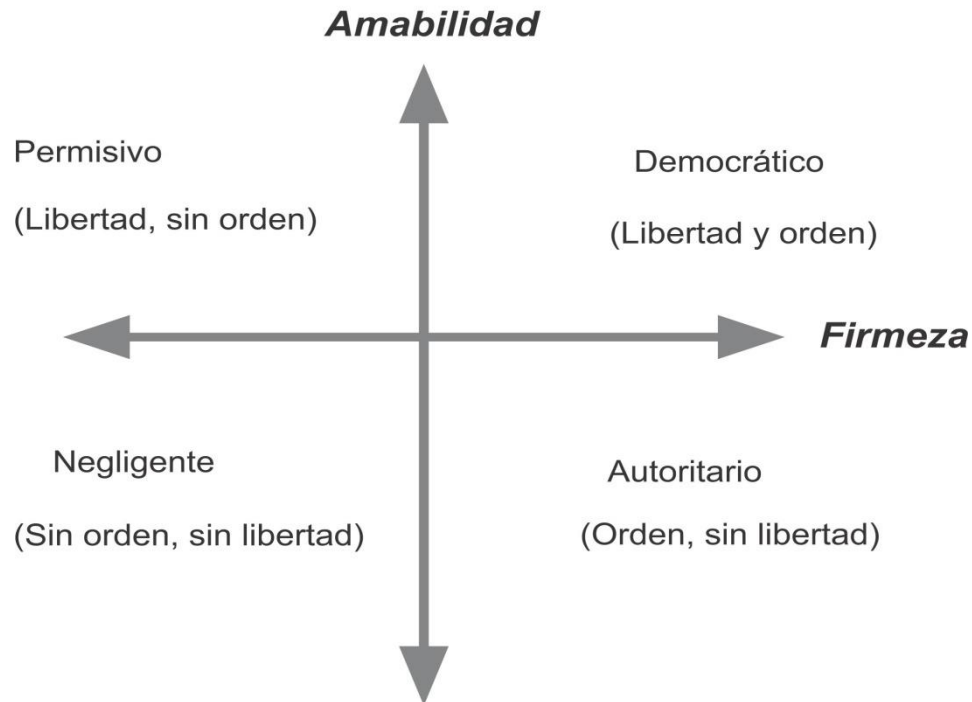
De acuerdo a Dreikurs, la amabilidad implica el respeto por otros y la firmeza, el respeto por uno mismo.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

¿Cuál es mi estilo de liderazgo?

Dimensiones de la amabilidad y la firmeza
Terry Chadsey



4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

1. Ayuda a los jóvenes a sentirse conectados: Promueve los sentimientos de pertenencia e importancia.
2. Es mutuamente respetuosa y alentadora: Es amable y firme al mismo tiempo.
3. Es eficaz a largo plazo: Toma en cuenta lo que el adolescente siente, piensa, aprende y decide sobre sí mismo y sobre su mundo.

4. Conceptos básicos:

Una nueva comprensión del comportamiento humano

4. Enseña habilidades socioemocionales y habilidades para la vida: Respeto, cooperación, preocupación por otros, resolución de problemas, entre otros.

5. Invita a los adolescentes a descubrir cuán capaces son: Alienta el uso constructivo del poder personal y la autonomía.

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

1. Abandonando la antigua práctica de disciplinar a través del castigo
 - ✓ Establecimiento de acuerdos
 - ✓ Construir con los alumnos tablas de rutinas

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Asignación de responsabilidades dentro del salón de clases
- ✓ Actuar en vez de hablar
- ✓ Usar pocas palabras (1 a 10)

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Respetar y validar las emociones
- ✓ Conectar antes de corregir

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Preguntar en lugar de decir
- ✓ Preguntas curiosas

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Permitir que las consecuencias naturales ocurran
- ✓ Ser consecuente con lo que decimos o hacemos
- ✓ Utilizar el sentido del humor respetuosamente

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

✓ Cuatro pasos para obtener cooperación:

1. Exprese comprensión
2. Muestre empatía sin condonar
3. Comparta sus sentimientos y percepciones
4. Invite al alumno a enfocarse en la solución

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

2. Un enfoque basado en las soluciones

Las soluciones deben ser:

- ✓ **Relacionadas**
- ✓ **Respetuosas**
- ✓ **Razonables y**
- ✓ **Útiles**

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

3. Cómo promover la motivación intrínseca desde el aula.

- ✓ Mentalidad de crecimiento
- ✓ Video de Carol Dweck
- ✓ Los errores son oportunidades de aprendizaje

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Actividad vivencial: **Alabar** versus **alentar**
- ✓ Promover la autoevaluación
- ✓ Otros: Tiempo especial entre maestros y alumnos

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

4. Reuniones de clase entre maestros y estudiantes

Solo se inician cuando se haya establecido un clima de respeto en el aula.

Formato:

1. Cumplidos y apreciaciones
2. Seguimiento a soluciones anteriores
3. Temas en la agenda
4. Planes futuros

Ciudadanos en
 crecimiento que son
 respetuosos, responsables
 y productivos miembros de la comunidad.

Formato de las reuniones de clase

1. Cumplidos y apreciaciones
2. Seguimiento a soluciones anteriores
3. Temas en la agenda:
 - Compartir el problema mientras los demás escuchan
 - Discutir el problema
 - Pedir ayuda para solucionar el problema
4. Planes futuros: proyectos, paseos, fiestas

Habilidades esenciales para una Disciplina Positiva en el salón de clase

Habilidad esencial No. 1: Formar un círculo	Habilidad esencial No. 2: Practicar cumplidos y apreciaciones	Habilidad esencial No. 3: Respetar diferencias	Habilidad esencial No. 4: Usar habilidades de comunicación respetuosa
Habilidad esencial No. 5: Enfocarse en soluciones	Habilidad esencial No. 6: Lluvia de ideas y juego de roles	Habilidad esencial No. 7: Usar la agenda y el formato de las juntas escolares	Habilidad esencial No. 8: Usar y entender las metas equivocadas

Habilidades esenciales para las juntas escolares:

- Acuerdos y pautas
- Rutinas
- Respeto mutuo
- Respeto por las diferencias
- Trabajo significativo
- Habilidades de comunicación
- Trabajo cooperativo
- Los errores son oportunidades de aprendizaje
- Aliento
- Llevar a cabo juntas escolares

Desarrollar relaciones respetuosas en las escuelas, familias y comunidades

CONSTRUYENDO LA CASA

HACIENDO LAS BASES

PREPARANDO EL TERRENO

VISIÓN

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

5. Maestros ayudando a maestros: Pasos para la solución de problemas

- ✓ Herramienta que busca empoderar a los maestros y fortalecerlos en la práctica de la Disciplina Positiva en el aula.
- ✓ Consta de 14 pasos.

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

Por Jane Nelsen y Lynn Lott

✓ Explica el proceso y pide un maestro voluntario.
✓ Registra el nombre del maestro voluntario, grado, No. de alumnos en su aula, nombre (ficticio) y edad del alumno con el cual se ha presentado el problema.
✓ Expón el problema en un subtítulo de una línea, a modo de encabezado.
✓ Describe la última vez que ocurrió el problema con detalles suficientes, como si se tratara del guión de una película.
✓ Pregunta al maestro voluntario: ¿Qué pensaste? ¿Cómo te sentiste? Haz referencia al cuadro de metas equivocadas.
✓ Utilizando los sentimientos del maestro voluntario como clave, intenta descifrar la creencia detrás del comportamiento del alumno.
✓ Pregunta al maestro voluntario si está dispuesto a intentar algo más efectivo.

II. Algunas herramientas de Disciplina Positiva

- ✓ Realiza el juego de roles, invitando al maestro voluntario a hacer el papel del alumno. De haber otros personajes, solicita voluntarios. La representación no debe durar más de un minuto.
- ✓ Analiza el juego de roles preguntando a cada una de las partes lo que estaban pensando, sintiendo y diciendo hacer en el rol de la persona que estaban representando.
- ✓ Pide al grupo que haga una lluvia de ideas (sin debatir ni analizar) sugiriendo al maestro voluntario lo que podría intentar. Registra todas las sugerencias. El maestro voluntario solo escucha.
- ✓ Pide al voluntario que escoja una sugerencia que estaría dispuesto a intentar.
- ✓ Haz un segundo juego de roles, usando la sugerencia escogida y pidiendo al maestro voluntario que haga el rol que le sea más útil (de él mismo o del alumno). Analiza los pensamientos, sentimientos y decisiones de cada una de las partes.
- ✓ Pide al voluntario que se comprometa a intentar la sugerencia por una semana y que reporte los resultados.
- ✓ Pide al grupo que comparta sus apreciaciones de lo que aprendieron del proceso y del maestro voluntario.

III. Integrando

Alegría en el aula

Principios de DP

Herramientas de DP

Maestro comprometido
que practica y aprende

IV. ¿Qué puedo empezar a hacer hoy?

- * Autoevaluarme en mi estilo de liderazgo
- * Elegir una herramienta y practicarla por dos semanas
- * Explorar la tabla de metas equivocadas
- * Constituir una comunidad de aprendizaje con colegas interesados en Disciplina Positiva
- * Promover mi autocuidado
- * **Soltar la necesidad de controlar**

Referencias bibliográficas

- * LaSala, T. McVittie, J. & Smitha, S. (s.f.) *Guía para líderes de Disciplina Positiva en la escuela y el salón de clase: Recursos y actividades*. Positive Discipline Association.
- * LaSala, T. McVittie, J. & Smitha, S. (s.f.) *Disciplina Positiva en la escuela y el salón de clase. Guía del maestro: Actividades para estudiantes*. Positive Discipline Association.
- * Nelsen J. & Lott, L. (2005). *Disciplina Positiva para adolescentes*. Naucalpan: Ediciones Ruz.
- * Nelsen, J. (2009) *Disciplina Positiva* (2da. ed.). Naucalpan: Ediciones Ruz.
- * Nelsen, J., Lott, L. & Glenn, S. (2009). *Disciplina Positiva de la A – Z*. Naucalpan: Ediciones Ruz.
- * Nelsen, J., Lott, L. & Glenn, S. (2013) *Positive Discipline in the classroom* (4ta. ed.). New York: Three Rivers Press.

Recursos adicionales sugeridos

- ✓ Visitar la Asociación de Disciplina Positiva en:
www.positivediscipline.org
- ✓ Descargar recursos de libre disposición de la Asociación de Disciplina Positiva en:
www.positivediscipline.com
Sugerible: Spanish Mistaken Goal Chart (Tabla de metas equivocadas en español). Leer sobre las claves de cómo descifrar las metas equivocadas en la página 76 del libro *Disciplina Positiva* de Jane Nelsen incluido en la lista de referencias bibliográficas.
- ✓ Ver la conferencia TED completa de Carol Dweck: "El poder de creer que puedes mejorar" (subtitulada) en:
https://www.ted.com/talks/carol_dweck_the_power_of_believing_that_you_can_improve?language=es

Recursos adicionales sugeridos

- ✓ Para profundizar en la mentalidad de crecimiento visitar:
<http://www.mindsetworks.com/free-resources/>
- ✓ Ver la conferencia TED de Daniel Siegel titulada "El poder de la agudeza mental (*mindsight*)" (subtitulada) en:
<https://m.youtube.com/watch?v=G6EW7RM6Scc>
- ✓ Ver también a Daniel Siegel presentando *Mindfulness and the Hand Model of the Brain* en:
<https://www.youtube.com/watch?v=vESKrzvgA4o>
- ✓ Visitar el sitio web de la red internacional de Educación Positiva (IPEN por sus siglas en inglés):
<http://www.ipositive-education.net/>

Palabras finales