



TRABAJO DE FIN DE GRADO EDUCACIÓN PRIMARIA

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES (CHIS)

CURSO 2019-2020

**PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA BASADA EN LA
IMPLEMENTACIÓN DE LA DISCIPLINA POSITIVA COMO MÉTODO DE
PREVENCIÓN Y GESTIÓN DE CONFLICTOS EN EL AULA.**

AUTOR: PAULA DE FRUTOS RAMOS

DIRECTOR: JORGE BURGUEÑO LÓPEZ

MADRID, ABRIL 2020

**PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA BASADA EN LA
IMPLEMENTACIÓN DE LA DISCIPLINA POSITIVA COMO MÉTODO DE
PREVENCIÓN Y GESTIÓN DE CONFLICTOS EN EL AULA.**

TRABAJO DE FIN DE GRADO

PROYECTO DE INNOVACIÓN

PROPUESTA PARA PRIMERO DE PRIMARIA

AUTOR: PAULA DE FRUTOS RAMOS

DIRECTOR: JORGE BURGUEÑO LÓPEZ

ABRIL 2020

“¿De dónde hemos sacado la idea loca de que,
para que los niños lo hagan mejor,
antes tienen que sentirse peor?”

- Jane Nelsen

ÍNDICE

1	RESUMEN / ABSTRACT	1
2	INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	3
3	OBJETIVOS	5
4	MARCO TEÓRICO.....	6
5	PROPUESTA DE INNOVACIÓN.....	14
5.1	PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	14
5.2	OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA	15
5.3	CONTEXTO EN EL QUE SE APLICA LA PROPUESTA	15
5.4	METODOLOGÍA.....	16
5.5	ACTIVIDADES	27
5.6	CRONOGRAMA DE APLICACIÓN	47
5.7	EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA.....	48
6	CONCLUSIONES	57
7	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	59
8	ANEXOS	61
8.1	ANEXO I: ENTREVISTA MARISA MOYA	61

1 RESUMEN / ABSTRACT

- RESUMEN

El presente Trabajo de Fin de Grado se trata de una propuesta de innovación basada en la Disciplina Positiva que tiene como objetivo la implantación de este método en un aula de primero de primaria, con el fin de lograr una convivencia basada en las relaciones respetuosas y un clima de aula que facilite el éxito académico y personal. Para ello se ha realizado una investigación acerca del conflicto y la disciplina en el ámbito educativo y se han estudiado los múltiples beneficios que aporta la Disciplina Positiva a este nuevo paradigma al que se enfrenta la sociedad y la educación del siglo XXI. Llevando este análisis a la práctica, se han elaborado una serie de actividades que tienen como finalidad ofrecer a los alumnos una serie de habilidades y estrategias para la identificación y gestión de emociones, para mejorar las habilidades comunicativas y para favorecer una adecuada búsqueda de soluciones que faciliten la resolución de conflictos de una forma respetuosa. Esta propuesta, además de la mejoría del clima y la convivencia de un grupo-aula en un tiempo y un espacio determinados, tiene como objetivo fundamental, lograr implementar la Disciplina Positiva como estilo de vida en las mentes y en los corazones de estos niños, de tal manera que experimenten una transformación personal que les permita convivir en sociedad de una forma empática y respetuosa.

En definitiva, con esta propuesta se pretende hacer un llamamiento a todas aquellas personas que forman parte de la comunidad educativa para presentarles este método como la forma más educada de encontrar un equilibrio entre amabilidad y firmeza, para lograr así una disciplina basada en la enseñanza y el aprendizaje de límites como pautas de vida y no obligaciones que acaben en actos de sumisión o rebeldía.

Palabras clave: Disciplina Positiva, conflicto, respeto, convivencia, emociones.

- ABSTRACT

This end-of-degree project is an innovation proposal based on the Positive Discipline that aims to implement this method in a first-grade classroom, in order to achieve a coexistence based on respectful relationships and a classroom environment that facilitates academic and personal success. To this end, research has been carried out on conflict and discipline in the educational field, and the multiple benefits that Positive Discipline brings to this new paradigm facing society and education in the 21st century. Taking this analysis into practice, a series of activities have been developed that aim to offer students different skills and strategies for the identification and management of their own emotions, to improve communication skills and to encourage an appropriate search for solutions that facilitate the resolution of conflicts in a respectful way. This proposal, in addition to improving the climate and the coexistence of a group in a given time and space, has the fundamental objective of implementing Positive Discipline as a lifestyle in the minds and hearts of these children, so that they experience a personal transformation that allows them to live in society in a respectful and empathetic way. This project is intended to appeal to all those who are part of the educational community to present this method as the most educated way to find a balance between kindness and firmness, in order to achieve a discipline based on teaching and learning limits as guidelines for life and not as obligations that end up in acts of submission or rebellion.

Key words: Positive Discipline, conflict, respect, coexistence, emotions.

2 INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El presente Trabajo de Fin de Grado pretende abordar la Disciplina Positiva como una propuesta innovadora que sirva de nexo entre la resolución de conflictos y la convivencia escolar, centrándose en la implementación de esta nueva metodología en el aula, pero con vistas a la mejora de las relaciones interpersonales y la convivencia de los centros educativos en general y por consiguiente a la mejora de la sociedad en su totalidad.

La estructura que se ha seguido para exponer este trabajo es la siguiente: en primer lugar el marco teórico pretende ofrecer una amplia visión de los diferentes paradigmas que la sociedad tiene sobre el conflicto, generalmente negativos, y cómo estas diferentes perspectivas han ido cambiando y evolucionando con el paso del tiempo hasta llegar a la idea actual de que el conflicto es parte de la condición social de los seres humanos y que lejos de evitarlo, debe entenderse y trabajarse como fuente de aprendizaje en todos los ámbitos de la vida y más concretamente en el ámbito educativo. Por tanto y continuando la línea de este marco teórico se pasará a analizar el papel que ha tenido y tiene actualmente el conflicto en la educación y qué tipo de estrategias se utilizan en los centros educativos, haciendo referencia al marco del condicionamiento operante a la hora de prevenir y resolver los diferentes conflictos que se presentan en el aula y cómo este método basado en el éxito académico y en las motivaciones extrínsecas de los alumnos, se ha ido quedando atrás debido al desarrollo de otras estrategias educativas emergentes, que también están basadas en la resolución de conflictos pero a través de la creación de un clima armónico del grupo-aula y el análisis profundo de las causas de cada conflicto, es decir, se tratan de metodologías emergentes que hacen más hincapié en las motivaciones intrínsecas del alumnado.

A partir de aquí comenzaría el tercer punto del marco teórico, que pretende ofrecer una introducción de lo que trata la Disciplina Positiva basada en la fundamentación teórica para posteriormente desarrollar la propuesta de innovación al tratarse de un método educativo bastante reciente en nuestro país.

Aún así ya existen varios centros educativos que incluyen la Disciplina Positiva en su proyecto educativo, como es el caso del colegio donde he tenido la oportunidad de realizar mis prácticas intensivas en mi cuarto curso del grado de Educación Primaria, lo que me ha aportado nuevas experiencias y nuevos conocimientos acerca de su proyecto educativo y concretamente sobre de la prevención y resolución de conflictos en el aula, lo que ha servido de motivación para que el tema objeto de estudio de mi Trabajo de Fin de Grado sea sobre Disciplina Positiva.

En resumen, este trabajo tiene por objeto presentar y proponer la herramienta educativa denominada Disciplina Positiva como el método más adecuado para mejorar la convivencia en el aula y con ello, la resolución de conflictos. Se trata de una metodología nacida en Estados Unidos y que en las últimas décadas se ha ido implementando en diferentes países del norte de Europa cuyos centros educativos aseguran tener muy buenos resultados, por lo que tras mi última experiencia de prácticas, me surge la necesidad de investigar más sobre esta reciente metodología ya que resulta tener un grado bastante elevado de desconocimiento por parte de muchos centros educativos y muchos docentes pero que al mismo tiempo se está introduciendo poco a poco en nuestras aulas y está ofreciendo resultados positivos a la hora de resolver los conflictos a partir de la creación de un clima de aula basado en el respeto, la confianza y la comunicación con el otro. Se trata de un método totalmente alejado de la violencia y la agresión puesto que no entiende el conflicto como una consecuencia violenta de la que se deba huir sino como una oportunidad de aprendizaje.

3 OBJETIVOS

- Investigar sobre las distintas estrategias de resolución de conflictos en el aula.
- Presentar los beneficios de la Disciplina Positiva en cuanto a la mejora del clima de aula.
- Establecer una relación entre la implementación de la Disciplina Positiva y el aumento de motivación y autoestima del alumnado.
- Aportar diferentes recursos y actividades para el adecuado desarrollo de la Disciplina Positiva.
- Analizar los beneficios obtenidos a partir de la aplicación del método.

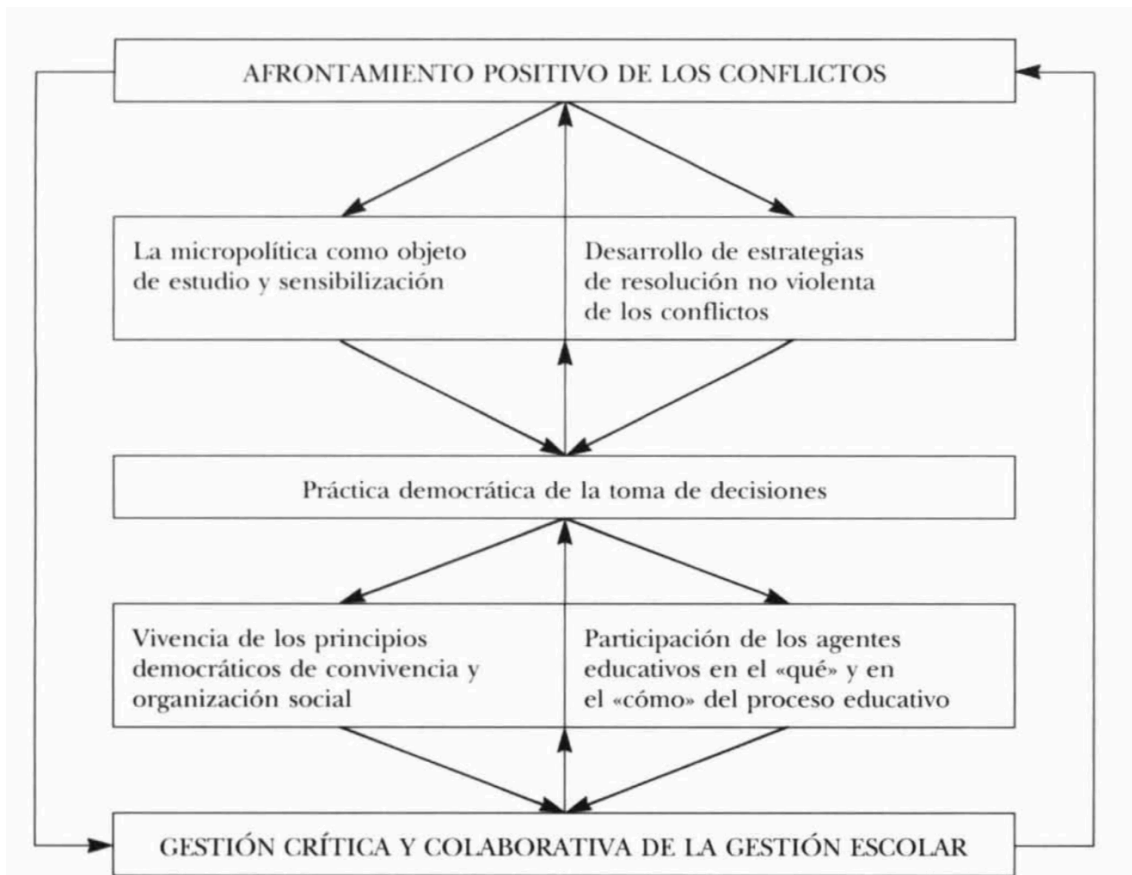
4 MARCO TEÓRICO

Las personas nos caracterizamos por ser seres racionales, emocionales y sociales y por ello, nuestro yo se forma en un proceso de socialización en el que vamos adquiriendo y adoptando aprendizajes y conductas de interrelación con los demás. En este proceso de socialización con otras personas se forman nuestras satisfacciones e insatisfacciones y esto hace que en la convivencia surjan problemas o dificultades que debemos resolver.

Así como el conflicto está presente en el ser humano de manera individual, también surge en la sociedad en general y concretamente en las Instituciones que la forman.

Por ello, la escuela como cualquier otra institución se caracteriza por la presencia de conflictos de diversa naturaleza e intensidad. Según Jares, X.R. (1993), lejos de ser la “aconflictividad” una característica propia de los centros educativos, los conflictos son precisamente un hecho cotidiano y definitorio de estos.

Aunque desde la tradición pedagógica, el conflicto apenas haya sido ámbito de estudio y consideración pues se entiende como un elemento negativo que debe evitarse, hay algunos autores que, desde los inicios, defienden una perspectiva más positiva y educativa de este concepto tan presente no solo en el ámbito educativo sino en la sociedad en general. Según Escudero (1992) el conflicto debe servir para generar un debate que facilite la crítica educativa y pedagógica con el fin de fomentar el cambio y el avance hacia nuevas prácticas sociales y educativas liberadoras. Esta idea se corresponde con la perspectiva crítica del conflicto, aquella que entiende el conflicto como un aspecto natural e inherente a todo tipo de sociedad y como un elemento de cambio social. Según Galtung (1981) el conflicto se caracteriza por ser una fuerza social y motivadora de la existencia humana y por ello la sociedad busca que el conflicto sea la causa y la consecuencia del cambio social.



Fuente: Jares, X. R. (1993)

Además de la perspectiva crítica, hay otros autores como Morgan (1990), England (1989) o Riedman (1981) que defienden la idea de que la aparición del conflicto en cualquier institución y concretamente en los centros educativos, debe ser controlada con el fin de garantizar un clima positivo y una actividad óptima y efectiva. Esta perspectiva tecnocrática-positivista se caracteriza por resaltar el valor negativo y violento del conflicto, al calificarlo como algo negativo y nocivo que la sociedad debe evitar. En definitiva, esta visión más conservadora y tradicional acerca del conflicto sostiene que para que prime el orden social y el buen funcionamiento de los centros educativos, es necesaria la inexistencia de conflictos. Según Apple (1986) y Torres (1991) esta perspectiva tecnocrática del conflicto ya se veía reflejada en el currículo oculto de la escuela de la época al incidir en el refuerzo de las normas básicas y mostrar el valor negativo del conflicto. Actualmente, el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, se mantiene al margen ante cualquier postura acerca del conflicto y su resolución ya que no contiene

información sobre este como un elemento negativo que deba evitarse en el ámbito educativo ni tampoco como algo positivo que fomente el cambio y la renovación educativa.

Sin embargo, la concepción social actual acerca de la aparición del conflicto se acerca cada vez más a la postura positiva de este, que entiende que el conflicto forma parte del proceso de socialización que lleva a cabo el ser humano. Uno de los factores causantes de esta aceptación del conflicto en nuestra sociedad ha sido la diferenciación de este con el término violencia, así como afirma Etxeberria, Esteve y Jordan (2001), el conflicto responde ante situaciones cotidianas que ocurren en los diferentes contextos y ámbitos de la vida de las personas, como puede ser el ámbito escolar donde surgen diversidad de opiniones, intereses y necesidades que dan lugar a posibles discrepancias que exigen una solución, mientras que la violencia se limita a ser una forma de hacer frente a esa situación. De esta manera y haciendo una clara diferenciación entre ambos términos, se entiende que el conflicto no se resuelve necesariamente a través de la violencia y se empieza a entender como un espacio humano y necesario para el aprendizaje que surge de manera natural a partir de la mera convivencia y las relaciones personales. Según Ortega (2001), aunque el conflicto esté normalmente asociado a comportamientos no deseables y violentos, debe entenderse como un enfrentamiento sano entre diferentes opiniones, ideas y creencias y que es a través del diálogo y la tolerancia cómo se construye un ámbito de expresión y democracia característico de nuestra sociedad y que, de la oportunidad de reflexionar, es posible encontrar formas de negociación y soluciones de manera conjunta. Por tanto y como afirmó en su momento UNICEF (1992), citado en Pérez de Guzmán, M.V., Vargas, M. y Amador Muñoz, L.V. (2011) (pp.101)

Es imposible que cualquier iniciativa educativa pueda eliminar todos los conflictos, ya que forman parte de la vida. Pero las escuelas pueden ayudar a los jóvenes a aprender que se puede y que se debe elegir entre diferentes maneras de reaccionar ante un conflicto.

Según Ibarrola (2013), la educación depende en gran medida de la relación entre los alumnos y el profesor, por lo que para asegurar un buen clima emocional y un proceso

de enseñanza-aprendizaje significativo, debemos centrarnos en lo que es hoy uno de los problemas principales de los docentes en las clases: la disciplina.

Con el fin de lograr una excelencia académica, los centros escolares centran su esfuerzo mayoritariamente en el aprendizaje académico y por ello, la estrategia disciplinaria más común a todos ellos es aquella proveniente del conductismo de Skinner (1972) que está basada en premios y castigos (motivación extrínseca) a través de los mecanismos de condicionamiento y que, al estar centrada en la autoridad docente, pretende controlar a los niños con el fin de lograr que mantengan siempre una actitud dispuesta a aprender.

Sin embargo, algunas investigaciones han demostrado que los problemas disciplinarios en el aula no disminuirán si no se tiene en cuenta el aprendizaje de las habilidades sociales y emocionales. Esta es una idea actual que se relaciona con la perspectiva constructivista de la disciplina escolar que proponen Jean Piaget y Vygotsky en un momento histórico en el que el proceso de enseñanza-aprendizaje estaba basado en la memorización y los estudiantes eran meros receptores de información.

Según Coll (1993) para entender la disciplina escolar es necesario definir la escuela como un lugar de socialización e individualización. Es decir, la disciplina escolar no debe estar basada fundamentalmente en el cumplimiento de las normas para seguir una conducta adecuada y ser premiado o de lo contrario, ser castigado, sino en el fomento del diálogo y la convivencia entre todos los miembros de la comunidad educativa.

Según Pérez de Guzmán y Amador (2011) y de acuerdo con lo expuesto anteriormente, más que reforzar conductas positivas o negativas centradas únicamente en el individualismo, la escuela actual pretende la construcción de habilidades morales y la adquisición de valores socioemocionales, con el fin de ayudar a la construcción de la personalidad de los alumnos y proporcionarles las estrategias y orientaciones adecuadas para resolver conflictos cuando estos se presenten.

Emociones y conducta son dos términos que están muy relacionados, lo que quiere decir que es posible cambiar las conductas disruptivas de los alumnos, cambiando su estado emocional. Por tanto, la disciplina en el aula es el resultado de las relaciones humanas. Un ambiente en el que prima la armonía y la confianza, donde el alumno y el maestro se sientan respetados, dará lugar a la participación voluntaria, estimulará la iniciativa y el desarrollo social y, por el contrario, desaparecerán actitudes dependientes por parte de los alumnos. También es importante aceptar que, aunque se siga un modelo educativo basado en la orientación y no en la absoluta autoridad por parte del maestro, a veces se darán conductas no deseables por parte del alumnado. A partir de esta idea, lo que el modelo de Disciplina Positiva pretende conseguir es que aún cuando los alumnos no sean capaces de controlar lo que sucede a su alrededor, sí sean capaces de controlar su respuesta ante esa situación.

La Disciplina Positiva es un método educativo creado en 1920, basado en la obra de Alfred Adler (1870-1937), un importante psiquiatra infantil y discípulo de Freud y también por Rudolf Dreikurs (1897-1972), alumno del Dr. Adler, quién a su muerte se encarga de seguir con la investigación y el desarrollo de este método educativo hasta llegar a Estados Unidos con el nombre de “Educación Democrática, lo que significó un cambio importante en la forma de entender la educación y la disciplina en el aula en esa época, pues como se ha comentado anteriormente, la educación entonces estaba basada en la autoridad del maestro sobre la obediencia del alumno.

Según Nelsen, Lott y Glenn (2015) la Disciplina Positiva es un método basado en la implicación total del alumnado a la hora de buscar soluciones ante los problemas y conflictos, en lugar de ser meros receptores de premios y castigos con el fin de disminuir los retos de comportamiento y aumentar los éxitos académicos.

Este método apoya diferentes prácticas innovadoras que buscan una renovación en la educación, como por ejemplo la visión del error como fuente de aprendizaje. Uno de los objetivos principales que busca la Disciplina Positiva es lograr que los niños en los colegios no experimenten situaciones de vergüenza o humillación al cometer errores, sino que sientan el poder y la libertad de expresar sus ideas en un ambiente que les transmita seguridad y confianza para fallar y aprender de esos fallos. Porque como

afirman Nelsen, Lott y Glenn (2015) cuando los niños se encuentran en un entorno no amenazador, ellos mismos muestran una actitud activa para aprender, no solo en términos académicos sino que también aprenden a identificar sus sentimientos y emociones y a separarlos de sus actos a la hora de reaccionar ante diferentes situaciones inquietantes o amenazadoras que se les presenten, es decir, en un clima de aula de calma, respeto y confianza, se facilita el aprendizaje e identificación de emociones, lo que conlleva a que los niños entiendan que, aunque los sentimientos siempre son aceptables, algunas acciones no lo son, como por ejemplo: sentir ira y rabia es aceptable pero golpear a alguien y hacerle daño no lo es. De esta manera, en lugar de imponerle al niño las consecuencias, como serían los premios y castigos ante una buena o mala conducta, se le da la libertad al niño de experimentar las consecuencias que conlleva cada uno de sus actos, desarrollando así la capacidad de autodisciplina y autocontrol ante diversos problemas y conflictos.

Terry Chadsey y Jody McVittie, entrenadores certificados en Disciplina Positiva han aportado tras diversas investigaciones, las ideas de las “dos escuelas de pensamiento opuesto sobre el comportamiento humano” en relación con las perspectivas conductistas y constructivistas que se han comentado anteriormente y al método educativo de Disciplina Positiva.

	PRÁCTICA DOMINANTE Y TRADICIONAL EN LAS ESCUELAS DE NORTEAMERICA	EL ENFOQUE (CENTRADO EN LA SOLUCIÓN) DE DISCIPLINA POSITIVA
¿Quién desarrolló la teoría?	Costumbre, Pavlov, Thorndike, Skinner	Adler, Driekurs, Glasser, Nelsen, Lott, Diankmeyer.
Según la teoría, ¿Qué motiva al comportamiento de las personas?	Las personas responden a las recompensas y castigos dentro de su entorno.	La gente busca un sentido de pertenencia (conexión) e importancia (significado) en su contexto social.
¿Cuándo tenemos más influencia en el comportamiento de los demás?	En el momento de reacción frente a un comportamiento específico.	En una relación basada en el respeto mutuo.

¿Cuáles son las herramientas más poderosas para los adultos?	Recompensas, incentivos y castigos.	La empatía, la comprensión de la perspectiva del estudiante, la resolución de problemas en colaboración, amabilidad y firmeza y seguimiento.
¿Cuál es la respuesta a una conducta inapropiada?	Censura, aislamiento y castigo.	Conectar antes de corregir, enfocarse en las soluciones, dar seguimiento y trabajar la creencia detrás del comportamiento.
¿Cómo se maximiza el aprendizaje del alumno?	Cuando el adulto tiene un control efectivo sobre la conducta del alumno.	Cuando el alumno ha aprendido habilidades sociales y emocionales, ha desarrollado autocontrol, se siente conectado con los demás y contribuye a su salón de clase.

Cuadro de Terry Chadsey y Jody McVitte citado por Nelsen, Lott y Glenn (2015)

A partir de esta tabla se extraen diversas conclusiones:

- Dar órdenes es mucho más ineficiente que hacer preguntas, puesto que ordenar suele crear resistencia psicológica en el cuerpo mientras que, al lanzar preguntas de forma respetuosa, se crea un estado psicológico más relajado. Es decir, el alumno se siente, en primer lugar, respetado y que confían en sus capacidades para asumir el reto e involucrarse en la búsqueda de soluciones y, en segundo lugar, se siente competente, lo que normalmente conlleva a que sea él mismo quién muestre motivación por participar en el proceso de aprendizaje.
- Los refuerzos negativos y positivos a través de premios y castigos pueden llegar a ser efectivos si el objetivo que queremos lograr es a corto plazo, pero no

resultan efectivos para conseguir un cambio de actitud y comportamiento a largo plazo, ya que detrás de cada comportamiento existe una creencia y como se observa en la tabla, el motivo principal que mueve a las personas a comportarse de una manera u otra, es el sentimiento de pertenencia y conexión con el profesor y con el resto del grupo. Por ello, cuando un niño no siente que pertenece, suele manifestar conductas no deseables con el fin de sentirse importante y perteneciente al grupo.

A partir de la analogía del iceberg propuesta por Freud al publicar su segunda tópica “El yo y el ello” en 1923 sobre el aparato psíquico para entender la conducta humana, la Disciplina Positiva pretende que los maestros imaginen a cada alumno como si fuera un iceberg, de manera que en la punta del iceberg se encuentra el comportamiento del niño y la parte de abajo, la que se encuentra bajo el agua, representa el sentimiento de pertenencia e importancia. Muchos modelos educativos, sólo se centran en la punta del iceberg a la hora de abordar la disciplina en el aula, es decir, a través de premios y castigos intentan controlar las conductas de los niños. Sin embargo, lo que la Disciplina Positiva reclama, es la importancia de abordar tanto la punta como la parte de debajo del iceberg. En otras palabras, para modificar un comportamiento desafortunado, es necesario investigar el motivo por el que se ha producido esa conducta, porque en la mayoría de los casos, si sólo se incide en la parte superior del iceberg, se creará más desaliento en el niño y eso conllevará a que este empeore su comportamiento.

Según Nelsen, Lott y Glenn (2015) es importante tener en cuenta que los niños están tomando decisiones constantemente basadas en su propia percepción de la situación y del mundo que les rodea. Por ello, las motivaciones que le llevan a comportarse de una determinada manera suelen estar centradas en las necesidades que priman en el momento evolutivo en el que se encuentre. Una de estas necesidades suele ser la de pertenecer, por ello cuando un niño no encuentra su lugar dentro del grupo y no se siente importante, adopta comportamientos de supervivencia debido a su desaliento por pertenecer. Y, por el contrario, cuando un niño siente que el aula es un lugar seguro, porque tiene su lugar y espacio personal e importante dentro del grupo, es capaz de florecer.

5 PROPUESTA DE INNOVACIÓN

5.1 PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Esta propuesta de innovación trata de devolverle el significado real al término “disciplina” ya que se tiene la percepción de que esta palabra significa corregir las malas conductas de los demás, en este caso de los niños, mientras que “disciplina” significa enseñar. Es por ello por lo que el fin de esta propuesta es mostrar que la Disciplina Positiva tiene como objetivo enseñar a los niños la manera más adecuada de comportarse en función de la situación, teniendo siempre en cuenta el bienestar propio y el de los demás, es decir, brindarles las estrategias necesarias para resolver los conflictos de manera autónoma y pacífica.

El ser humano ha pasado de una forma de crianza muy autoritaria a una forma de crianza muy permisiva en muy poco tiempo, lo que denota una seria dificultad por encontrar el equilibrio entre ambos métodos educativos. De ahí la necesidad de crear una propuesta de innovación que demuestre la posibilidad de encontrar una metodología capaz de educar a través de la amabilidad y la firmeza al mismo tiempo, que es precisamente el pilar fundamental en el que se basa la Disciplina Positiva.

La propuesta que se plantea a continuación se centra en realizar un seguimiento a una clase en general y a varios casos en particular, que presentan dificultades concretas a lo que la disciplina y sus comportamientos respectan. Todo ello basando cada contacto con el niño en educar bajo este método educativo, puesto que se trata de una metodología transversal, ya que sus principios son extrapolables a todas las áreas y situaciones que se vivan en el aula, no solo a los momentos específicos donde se trabajen más en detalle y profundidad las diferentes estrategias y habilidades que se pretende que los niños adquieran.

Sin embargo, para que este método funcione es necesario establecer una progresiva implantación en el aula a través de diferentes sesiones centradas en el aprendizaje de la Disciplina Positiva, mediante el desarrollo de habilidades como el lenguaje positivo, la

autoestima y las emociones, ya que aprender a identificar y a gestionar las propias emociones, es el primer paso para establecer la Disciplina Positiva en el aula.

5.2 OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA

- Utilizar diferentes herramientas del manejo de la Disciplina Positiva en clase.
- Promover hábitos que fomenten el desarrollo de habilidades de comunicación y cooperación en el alumnado.
- Favorecer la autorregulación emocional.
- Elaborar sugerencias/soluciones para la resolución de problemas.

5.3 CONTEXTO EN EL QUE SE APLICA LA PROPUESTA

El centro educativo en el que está pensada esta propuesta, coincide con el colegio en el que he realizado mis prácticas de Educación Primaria, situado en Madrid. Se trata un colegio privado que tiene las etapas de Infantil, Primaria, ESO Y Bachillerato (3-18).

Este colegio se caracteriza por llevar a cabo un proyecto educativo libre y flexible, que se adapta a las diferentes circunstancias y maneras de aprender de cada niño y lo más importante, además de basarse en el currículo, los aprendizajes que se van trabajando en el aula parten de los intereses y motivaciones de los propios alumnos.

Cabe destacar que uno de los pilares fundamentales en los que se basa su proyecto educativo es el trato cercano con las familias. Las familias están muy implicadas en lo que sus hijos realizan en el colegio, ya que al no tener libros de texto ni deberes (por lo menos en los primeros cursos), los padres pueden sentirse un poco desubicados al no saber lo que sus hijos realizan día a día en el colegio. Es por ello por lo que para este colegio es muy importante la comunicación activa entre el profesorado y la familia.

Por otro lado, el equipo de Orientación también tiene un papel muy importante en este colegio, ya que funciona como el eje transversal del proyecto educativo. Algo que me llamó mucho la atención es que funcionan de manera coordinada y cohesionada con el resto de los profesores, es decir, los niños no son los que se mueven a un aula diferente

para trabajar, sino que son los PT y los profesores del equipo de orientación, los que se van moviendo por los diferentes cursos atendiendo a los diferentes alumnos en cada una de sus necesidades.

El grupo-aula en el que he realizado mis prácticas y por tanto con el que se pretende llevar a cabo la propuesta, es primero de Primaria, los niños tienen entre 6 y 7 años y la clase está compuesta solamente por 13 alumnos, por lo que he tenido la oportunidad de observar su comportamiento y su manera de aprender mucho mejor que en otros colegios donde eran aproximadamente 30 alumnos por clase. Son niños activos, con ganas de aprender y que muestran interés por mejorar cada día.

5.4 METODOLOGÍA

La Disciplina Positiva pretende lograr una educación capaz de impulsar y llevar a cabo aquellas promesas que tienen las personas en su mente y en sus corazones. Uno de los deseos más comunes que suelen tener todos los padres y maestros es que sus hijos y sus alumnos, respectivamente, sean felices, lo que significa que tengan una vida sana y los recursos y estrategias necesarias para vivir. Para conseguir esto, es necesario que padres y maestros se pregunten primero qué es lo que les hace felices a ellos y cuál es el camino para encontrar esa felicidad.

La Disciplina Positiva pretende facilitar que los niños alcancen esa felicidad al incluir en su método educativo el aprendizaje de ciertas habilidades socioemocionales, habilidades que la mayoría de los maestros hoy en día suelen recalcar que son igual o incluso más importantes que las académicas, porque realmente sería peligroso si los niños aprendieran muchas habilidades académicas, pero no tuvieran habilidades socioemocionales, ya que cuanto más desarrollen estas segundas, más incrementará el deseo por aprender y utilizar lo aprendido para el bienestar de todos, para la conciencia social. Este último término es muy importante a la hora de hablar de Disciplina Positiva y resolución de conflictos, ya que el orden y el equilibrio de la salud mental de cada uno, está en la conciencia social, es decir, en la preocupación individual por lo social. Al ser

seres sociales, el hecho de contribuir a la construcción de una sociedad mejor es la mejor forma de tener salud mental.

Los niños nacen con el deseo de contribuir, ayudar y colaborar, nacen con una tendencia pro-social y son los adultos quienes inconscientemente erradican este deseo, mientras que la función de padres o maestros debería ser la de ayudarles a construir desde sus conocimientos y capacidades, la mejor forma de contribuir a la sociedad, ya que cuando las personas se juntan a trabajar en soluciones que son respetuosas para todos, se crea la paz en el mundo.

- Dentro de estas habilidades socioemocionales se encuadra el lenguaje positivo, ya que el lenguaje es uno de los recursos esenciales del ser humano para desarrollar su proceso de socialización y de relación con los demás. Por ello, es un aspecto que debe ser utilizado de la mejor manera posible y que además está muy relacionado con la Disciplina Positiva, puesto que la ética del lenguaje es una de las claves de la nueva educación y la nueva educación incluye metodologías innovadoras como la Disciplina Positiva.

Para lograr implementar la Disciplina Positiva en el aula, es necesario reflexionar sobre el poder que tiene el lenguaje en la educación, ya que hay palabras que determinan los pensamientos y las actitudes de las personas. Los maestros son modelos para los niños, por lo que deben tener en cuenta que con sus palabras simbolizan determinadas creencias y sueños en los niños, por lo que recae en ellos una gran responsabilidad a la hora de hablar y actuar en el aula.

En la educación se encuentran los cimientos sobre los que se va a construir el futuro de cada persona a nivel individual y también a nivel colectivo, de manera que el lenguaje positivo tiene el poder de cambiar el mundo a través de la creación de una sociedad que habite en las palabras. En el ámbito educativo, esta habilidad comunicativa es capaz de contribuir positivamente al desarrollo integral de los niños y a su proceso de convertirse en personas a partir de la

adquisición de las estrategias lingüísticas necesarias que harán posible que tengan una vida sana, digna y productiva.

Para ello, es fundamental que educadores, padres y maestros también dispongan de las herramientas necesarias para ofrecer a los niños una adecuada formación en el lenguaje positivo, así como identificar aquellas palabras que pueden llegar a ser hirientes y destructivas para los niños. Castellanos (2017) propone una serie de pasos a seguir para lograr un eficiente lenguaje positivo:

- Paso 1: Tomar conciencia del lenguaje.
Ser conscientes del propio lenguaje y de las propias palabras, así como de las de los demás y conocer los motivos y las consecuencias de su uso.
- Paso 2: Regular el lenguaje.
Se trata de aprender a escoger las palabras y gestos más adecuados para dirigirse a los demás, es decir, encontrar el equilibrio comunicativo mediante un lenguaje que fomente el respeto.
- Paso 3: Alcanzar la autonomía del propio lenguaje.
Consiste en intentar que las palabras de otras personas no nos afecten y al mismo tiempo, obtener autoconfianza y responsabilidad en las propias palabras.
- Paso 4: Construir las habilidades del lenguaje.
Aprender a escuchar, a empatizar, a comunicar y a compartir para lograr un lenguaje que facilite las relaciones interpersonales.
- Paso 5: Hacer uso de las competencias del propio lenguaje para la vida y el bienestar.
El lenguaje positivo posibilita la activación de nuevos conocimientos, actitudes y valores que promueven la construcción del bienestar personal y social.

La sociedad actual y el cambio que se está viviendo hoy en día en la educación exigen un cambio de mentalidad y una redefinición de valores capaces de modificar y construir en las personas una nueva actitud ante la vida. El lenguaje es uno de estos valores de cambio, ya que las palabras son precisamente el motor que permite a las personas gestionar sus emociones y tomar decisiones, ya que de esta manera los niños serán capaces de proteger sus emociones positivas, que tan importantes son para su aprendizaje académico y social.

Según el desarrollo de las etapas evolutivas de Piaget (1977), el proceso por el que el lenguaje y el habla se fijan en el cerebro de un niño, dura años, prácticamente toda la infancia. Uno de los objetivos de la Disciplina Positiva es facilitar el buen desarrollo de este proceso, ya que se trata de un proceso que requiere que el niño aprenda no solo palabras y términos, sino que además aprenda a pensar, a escuchar, a tomar decisiones y así desarrollar habilidades como la creatividad y el pensamiento crítico, lo que facilitará que el niño sea capaz de interpretar sus pensamientos, actitudes y sentimientos.

Para ello es importante tener en cuenta una serie de aspectos y llevar a cabo diferentes métodos que lograrán la implementación de un lenguaje positivo en el aula.

- En primer lugar, es importante prestar atención al momento evolutivo en el que se encuentra el niño al que padres y maestros se dirigen, pues bien, muchas veces se tiene la creencia de que el niño está tomando una actitud desafiante o irresponsable en el momento en el que parece que no está prestando atención o que hace precisamente lo contrario a lo que se le dice y por tanto se actúa en consecuencia, normalmente castigando al niño o hablándole en un tono agresivo o de enfado. Este tipo de situaciones ocurren mucho en el aula en el momento que se pide al niño que permanezca quieto y callado. Esto sucede porque muchas veces esta petición va en contra del momento evolutivo en el que se encuentra el niño, que cuando es pequeño, corresponde con el de una experimentación y exploración constante del mundo que le rodea. Esto

no quiere decir que la solución sea dejar actuar libremente al niño y no ponerle límites, porque entonces estaríamos hablando de un modelo educativo demasiado permisivo y como se ha citado anteriormente, la clave de la Disciplina Positiva se encuentra en el equilibrio entre amabilidad y firmeza. En otras palabras, es importante marcar los límites una vez conocemos qué es lo que el niño entiende y conoce y comunicarlos de manera efectiva y clara, es decir, sin que suponga un dilema para el niño el hecho de que el límite marcado por su agente social o adulto de referencia vaya en contra de su instinto biológico.

- En segundo lugar, es importante que padres y maestros comprendan que, para la adecuada implementación de este estilo educativo, es necesario saber que el hecho de que el niño logre comprender la palabra “no” de la misma forma que lo hacen los adultos, conlleva un proceso que va de la mano de otros procesos madurativos como la exploración de su entorno y el desarrollo del sentido de autonomía. Se trata de un término abstracto que en muchas ocasiones supone una contradicción a sus deseos y necesidades y es por ello por lo que su comprensión exige cierta maduración cognitiva. En otras palabras, resulta más sencillo implementar la Disciplina Positiva a través de un lenguaje positivo que a través de un lenguaje agresivo y violento, es decir, resulta más útil enseñar al niño qué puede hacer, en lugar de qué no puede hacer. Además, se deben considerar las dificultades o problemas que pueden llegar a provocar los límites acordados, como oportunidades de aprendizaje, no solo para el niño, sino también para el adulto, que deberá investigar e indagar cuáles han sido las causas que han llevado al niño a tener esa actitud antagónica.
- En tercer lugar, es importante que el maestro se sirva del lenguaje como vínculo afectivo con el niño, como un instrumento que facilite una comunicación efectiva y un clima de aula cálido y cercano, ya que esto facilitará la construcción de su autoestima y la construcción de un espacio

seguro para el niño para iniciar su proceso de enseñanza-aprendizaje. Para lograrlo, es importante que el maestro se dirija al niño siempre desde el respeto y la confianza y facilite la construcción del sentimiento de pertenencia e importancia en el grupo, para ello es importante evitar las etiquetas, ya sean negativas o positivas, y animar al niño a ser protagonista de las experiencias que se viven en el aula, así como enseñarles a mirar los conflictos y los errores como oportunidades de aprendizaje.

- Por último, es importante diferenciar entre el lenguaje positivo y las alabanzas, puesto que al igual que existe un peligro en el uso excesivo del castigo y el lenguaje agresivo como refuerzos negativos, ya que solo afectan al niño de manera superficial y no logran un cambio de actitud a largo plazo, las alabanzas también funcionan como un premio o un refuerzo positivo que sólo responde a la motivación extrínseca del niño, lo que puede conllevar a una falta de autonomía y baja confianza en sí mismo, pues lejos de comprender su valía y estima personal, siempre buscará la aprobación y la aceptación de los demás. Por ello, cabe destacar de nuevo la importancia de encontrar el equilibrio entre amabilidad y firmeza, límites y autonomía, libertad y libertinaje. Para ello, los maestros deben reflexionar acerca del cambio de paradigma que está viviendo la educación actual y con ello evitar el uso de castigos y recompensas y por el contrario, enfocarse en encontrar las soluciones a los problemas de manera conjunta con los niños, es decir, en lugar de imponer las consecuencias, se debe alentar a los alumnos a pensar en las consecuencias de sus comportamientos y de qué manera afectan a los demás, así como enseñarles diferentes habilidades para resolver conflictos de forma respetuosa, como se mostrará a lo largo de esta propuesta de innovación.

- La Disciplina Positiva también incluye el proceso de identificación y gestión de emociones, pues para desarrollar y utilizar las estrategias adecuadas en la resolución de conflictos, es necesario entender cómo nos sentimos y cómo se sienten los demás. Por eso este método de disciplina promueve la educación emocional de los niños como aspecto fundamental para su desarrollo.

Según Ibarrola (2013), el cerebro humano piensa, siente y actúa de una manera interconectada, de manera que las emociones y la cognición tienen una relación directa, es decir, existe una importante correlación entre el éxito académico y el ambiente emocional del aula. Esto ocurre porque en el momento que el niño recibe una información, se genera una interpretación de esta, que causa un estado emocional que finalmente provoca una acción, es decir, las emociones son un importante condicionante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y por ello es fundamental trabajarlas en el aula.

Además, cabe destacar que, aunque este método de Disciplina Positiva no pretende huir de los conflictos, la mayoría de los conflictos desaparecen en el momento en el que se alcanza una conexión emocional en el aula. El conflicto surge cuando hay un choque entre dos posturas enfrentadas, como afirma Kellner (1999) “un conflicto se crea cuando se pretenden al menos dos cosas opuestas, o bien cuando al menos dos partes en conflicto desean lo mismo y compiten para obtenerlo” (p.13) y también cuando la persona no se permite a sí misma expresar sus sentimientos y emociones. Por tanto, en el momento en el que los niños aprenden a expresarse respetando a sus compañeros, aumenta su motivación por aprender, no solo contenidos académicos, sino que también facilita el aprendizaje de normas y límites en positivo y no en negativo.

Un alumno que tenga o muestre problemas emocionales, difícilmente será capaz de tener una buena respuesta y una actitud activa y positiva en el aula, sino que seguramente el perfil de este niño estará caracterizado por una falta de motivación constante, falta de atención, poca participación en las actividades de clase, etc., lo que conllevará a una falta de sentimiento de pertenencia que

provocará comportamientos conflictivos al intentar expresar sus emociones negativas a través de actitudes agresivas o violentas que le hagan sentirse importante en el grupo-aula. En otras palabras, es fundamental que las emociones de nuestros alumnos se tengan en cuenta en su aprendizaje para garantizar el buen funcionamiento de una Disciplina Positiva dentro de la clase.

Uno de los problemas actuales que presentan los docentes es el de la disciplina, a lo que normalmente para resolverlo se opta por llevar a cabo la metodología de resolución de conflictos de tipo conductista, que está basada en la obtención de premios y castigos en función de si se cumplen o no las normas de comportamiento y convivencia. Sin embargo, la disciplina, como se ha venido comentando a lo largo de esta propuesta, no es una cuestión de control y amenazas, sino que es un aspecto que radica en lo emocional. La atención está dirigida por la emoción, por lo que, si un alumno se siente motivado y participe su propio proceso de aprendizaje, se evitarán muchos conflictos y problemas de conductas disruptivas. Es por esto por lo que los docentes deben favorecer el bienestar de sus alumnos, haciéndoles sentir bien no solo con los contenidos académicos sino también con las relaciones sociales que se establecen en el aula, es decir, es necesario tener en cuenta la fuerte relación que existe entre los estados emocionales, el proceso de enseñanza-aprendizaje y las conductas de los alumnos. Cabe destacar que, además, las emociones tienen un papel muy importante en la determinación de comportamientos futuros del niño como la aparición de diferentes alteraciones en su comportamiento o incluso la aparición de trastornos de conducta graves.

Por lo tanto, a la hora de implementar la Disciplina Positiva en el aula, es necesario recordar que existen diferentes tipos de emociones, ni malas ni buenas, pero sí que es cierto que algunas de ellas tienden a dificultar el aprendizaje y otras, lo favorecen, lo que significa que las emociones de los niños obstaculizan o facilitan su capacidad para pensar y desarrollar habilidades académicas y socioemocionales como la resolución de problemas y conflictos. En otras palabras, es necesario tener en cuenta cuáles son estas emociones, para

saber identificarlas, gestionarlas y conseguir así un ambiente emocional positivo en el aula. Según Ibarrola (2013):

- El miedo crea inseguridad en el niño y es un sentimiento normalmente desencadenado por una amenaza. En el ámbito educativo estaría relacionado con una disconformidad con el sistema escolar lo que llevaría a provocar comportamientos de huida y desconexión.
- La tristeza está relacionada con la decepción ante un fracaso o pérdida, lo que normalmente provoca que el niño se encierre en sí mismo, se desmotive y se aleje.
- El enfado y la ira están provocados por una situación frustrante por la incapacidad o dificultad del niño por alcanzar los objetivos, lo que puede desencadenar comportamientos de ataque.
- El asco es una emoción cuyo activador puede ser una situación o un sentimiento de rechazo. Este sentimiento de desdén suele desencadenar una falta de compromiso, pasotismo y faltas de respeto.
- La estupefacción o sorpresa ante una situación o resultados inesperados puede provocar nerviosismo e irritabilidad poniendo al niño en un estado de alerta y pudiendo desencadenar un sentimiento de inseguridad.
- La alegría es una emoción provocada por una situación deseada de éxito y apoyo y desencadena motivación e interés, así como una actitud de acercamiento.

La disciplina en el aula se logra a través de las relaciones afectivas que se establecen mediante de la creación de un ambiente cercano que fomente la confianza y el respeto mutuo, pues cuando un niño se siente seguro y respetado en el aula será más fácil que desarrolle sus capacidades individuales y de socialización y se involucre de manera voluntaria en las actividades colectivas y

de grupo, favoreciendo así el desarrollo del sentimiento de importancia y de pertenencia que es fundamental para llevar a cabo este método de disciplina. Para ello, el maestro debe actuar con cierta amabilidad y libertad en el aula confiando parte de su autoridad en los niños y también deberá imponer cierta firmeza que sirva de orientación y guía para los niños.

Para lograr este equilibrio entre amabilidad y firmeza es necesario crear una relación positiva entre el maestro y los alumnos basada en un lenguaje positivo y común que permita una comunicación clara y respetuosa entre todos y un clima emocional donde los niños se sientan seguros para expresar sus emociones. La Disciplina Positiva para llevar esto a cabo propone lo siguiente:

- Crear un sentimiento de grupo a través de momentos y lugares seguros, como un espacio dentro del aula donde se realicen asambleas o salones de clase para que los alumnos tengan su momento para decir y expresar de manera libre lo que necesiten.
- Utilizar un lenguaje claro y positivo a la hora de poner límites para evitar llegar a sentir emociones negativas debido a una conducta involuntaria pero inadecuada.
- Enseñar a los alumnos diferentes estrategias constructivas para resolver los problemas y conflictos dentro y fuera del aula.

Además, para lograr una disciplina adecuada en el aula, lejos de asumir lo que los alumnos piensan y sienten sin preguntarles, llegando a obtener suposiciones equivocadas, es mejor mostrar curiosidad y confianza por lo que les sucede. Los métodos de Disciplina Positiva fomentan la importancia de descubrir y comprobar lo que realmente sienten y piensan los alumnos acerca de los temas que les emocionan o les afectan, ya sea positiva o negativamente.

Otro recurso relacionado con la parte emocional es dirigirse a los niños desde el corazón y no tanto desde la cabeza, ya que los niños van a prestar más atención a aquella información que perciban desde el respeto y el cariño, lo que implica una vez más que padres y maestros deben lograr encontrar y combinar tanto la parte amable como la parte firme a la hora de comunicar cómo nos sentimos ante los diferentes comportamientos de los niños, de esta manera la determinación de límites será más efectiva.

La Disciplina Positiva incluye muchas actividades y recursos que tienen como objetivo más que analizar las emociones y sentimientos de los demás, hablar de lo que sucede en el interior de cada niño de manera personal. Para ello es importante reservar un tiempo en el aula en el que se realicen actividades que ayuden a poner nombre a los sentimientos de los niños, además de ofrecer un clima de seguridad y confianza en el que los niños puedan compartirlos abiertamente con el resto de la clase.

- La gestión de las propias emociones lleva a otra de las claves de la Disciplina Positiva: la autorregulación y el autocontrol.

Los niños aprenden lo que es un sentimiento, a nombrarlo y no juzgarlo, pero además es necesario que aprendan a separarlo de sus comportamientos, es decir, este método no entiende la gestión de emociones de manera que los niños deban huir o evitar sentir ciertas emociones en el aula, sino que se basa en ofrecer a los niños un ambiente y unas estrategias adecuadas para desarrollar la capacidad de autodisciplina y autocontrol a través del proceso de resolución de conflictos, dándoles la oportunidad de experimentar las consecuencias que se desencadenarán tras sus decisiones y comportamientos, lo que provoca que sean ellos mismos los que antes de actuar, mediten acerca de las consecuencias y lidien con sus sentimientos de manera más proactiva. Es decir, aprendan a separar las emociones de sus comportamientos al entender que todo tipo de emociones son aceptadas y escuchadas y, sin embargo, no todas las actitudes y comportamientos son adecuados ni aceptados.

5.5 ACTIVIDADES

Para realizar las siguientes actividades se ha realizado una propuesta didáctica para llevarla a cabo durante el segundo y el tercer trimestre. El objetivo de estas actividades es ofrecer a los alumnos una serie de estrategias para aprender a afrontar de forma positiva los conflictos y entender el error como una oportunidad de aprendizaje. La mayoría de estas actividades se llevarán a la práctica, aunque no haya aparecido un conflicto, como una manera de prevenirlo y aportar herramientas para saber afrontarlo en el momento en el que se presente.

Las primeras sesiones están centradas en el desarrollo de habilidades de autorregulación y autocontrol emocional, mediante la identificación de emociones. Las siguientes sesiones están centradas en el desarrollo de las habilidades de comunicación a través del lenguaje positivo y el respeto mutuo. Y, por último, el tercer bloque de actividades está focalizado en la resolución de conflictos a través de la búsqueda de soluciones.

Cabe destacar que estas actividades no se trabajarán de manera independiente, sino que las herramientas aprendidas en cada una de ellas servirán de base para trabajar las siguientes actividades y adquirir las nuevas estrategias de resolución de conflictos y autodisciplina.

- Actividades para desarrollar habilidades de autorregulación.

La autorregulación es la capacidad de controlar las emociones, impulsos, deseos y acciones. Para ello, es necesario aprender a identificar y nombrar las emociones porque será la base para la adquisición de todas las habilidades socioemocionales, para el desarrollo del sentimiento de pertenencia al grupo, la capacidad de adaptación y la autodisciplina y autocontrol que es el fin último de la Disciplina Positiva.

La capacidad de autorregulación es muy importante para su futuro éxito académico, de manera que los alumnos que carecen de habilidades de

autorregulación es posible que tengan problemas en su proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que esta carencia puede desencadenar en comportamientos perjudiciales en el aula que interfieran negativamente en su aprendizaje, incluso en el de sus compañeros.

Para que los niños logren desarrollar las habilidades de autorregulación y autocontrol es necesario practicar. Por ello se presentan a continuación una serie de actividades que van a suponer llevar a cabo esta práctica, que consistirán esencialmente en que los niños tomen conciencia emocional de sí mismos y de la de los demás, lo que requerirá a su vez que desarrollen habilidades socioemocionales como la reflexión, planificación y empatía.

ACTIVIDAD: “NOMBRAR SENTIMIENTOS”
OBJETIVO
Aumentar el vocabulario de los alumnos para describir sentimientos y facilitar el desarrollo de algunas estrategias para la identificación de sentimientos.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra - Materiales de aula - Cuadro de sentimientos preparado previamente
INSTRUCCIONES
<p>1. Presentación de los sentimientos: el maestro invitará a los alumnos a comentar y debatir sobre la importancia de los sentimientos, agregando ejemplos de la vida cotidiana para que sean ellos quienes vean y entiendan para qué sirven y qué nos aportan. Como por ejemplo, que gracias a los sentimientos las personas son capaces de reconocer a las personas que queremos, el peligro y también entender cómo resolver problemas. Una vez introducidos los sentimientos de manera general, el maestro pasará a explicar que los sentimientos, en su gran mayoría, pueden ser descritos con una palabra. Como se trata de un concepto</p>

bastante abstracto y por tanto difícil de entender, se empezará por la categoría de las emociones básicas: feliz, enfadado, triste y asustado.

- 2. Lluvia de ideas:** entre todos se realizará una lista con más palabras que estén relacionadas y se puedan utilizar para describir las cuatro emociones básicas presentadas en el paso anterior. El profesor inicia la actividad diciendo: “cuando nos sentimos felices, ¿qué otras palabras se relacionan con este sentimiento? Este proceso se hará por partes, sin mezclar emociones, es decir, se realizará emoción por emoción, de manera que los alumnos pueden focalizar su atención en cada sentimiento y entenderlo mejor. Es probable que los alumnos coincidan en algunas palabras para más de una emoción y se trata de una conclusión positiva, puesto que cuando una persona se siente enfadada también puede sentir tristeza. Es decir, muchas veces sucede que las personas sienten más de un sentimiento a la vez y es un aspecto que el profesor debe explicar para facilitar la autorregulación emocional de sus alumnos.

- 3. Práctica:** se trata de una de las actividades más importantes de este proyecto sobre Disciplina Positiva y es por ello por lo que no debe quedarse en una sola sesión de asamblea o valores, sino que debe implementarse de manera natural en el resto de las actividades escolares, ya sean curriculares o no. Por ejemplo, en la asignatura de lengua cuando se realice alguna lectura, redacción o dictado, se puede añadir este formato a través de preguntas como “¿Cómo creéis que se siente el personaje del cuento?” o “¿Qué palabras le ayudarían a entender lo que siente?”.

Por otro lado, este cuadro sobre las emociones básicas y las palabras conectadas a estas, deberá estar presente en el rincón del aula destinado a la resolución de conflictos ya que para llegar a una solución es importante que los alumnos sepan cómo se sienten ellos y cómo se

sienten los demás, para ello necesitan autorregular sus emociones, identificándolas y nombrándolas para poder expresarlas y llegar a solucionar el problema.

COMENTARIOS

- Es importante que las palabras procedan de la imaginación de los alumnos, y para ello es necesario tener paciencia puesto es una actividad compleja para ellos y que seguramente necesiten más tiempo que una sola sesión. Por ello esta actividad está destinada a llevarse a cabo durante todo el curso, lo que significa que los niños podrán ir añadiendo palabras al cuadro de las emociones básicas durante todo el año.

ACTIVIDAD: "REPRESENTAR LAS EMOCIONES"

OBJETIVO

Conectar las expresiones faciales con los sentimientos

MATERIALES

- Folios
- Cámara e impresora
- Pizarra

INSTRUCCIONES

- 1. Introducción al lenguaje corporal:** el profesor introduce esta actividad preguntando a sus alumnos de qué manera podemos saber cómo se sienten los demás. El profesor deberá dejar un tiempo para que los niños piensen y reflexionen sobre la pregunta, aunque la respuesta final será que la forma para saberlo es a través de su expresión facial y corporal, sus acciones y movimientos. Para demostrarlo y que ellos mismos lo puedan confirmar, se harán varios ejemplos, de manera que el profesor delante de sus alumnos hará una expresión facial exagerada para que ellos adivinen el sentimiento que está mostrando, este ejercicio se repetirá con las 4 emociones básicas.

- 2. Recortes de revista:** a modo de asamblea y sentados todos en círculo, se dejarán en el centro y boca abajo unos cuantos recortes de revista de diferentes modelos, actores y actrices y otras personas famosas que aparecen en la revista con diferentes expresiones faciales que expresan diferentes emociones. Cada niño cogerá una o dos imágenes y uno por uno las irán enseñando e intentarán descubrir qué está sintiendo esa persona a través de su expresión facial. Una vez terminado el ejercicio se dejará un tiempo de reflexión y conversación sobre si les ha parecido fácil identificar las emociones en otras personas solo a través de sus gestos. Si los niños son pequeños, será útil tener cerca el cuadro de los sentimientos donde aparecen las 4 emociones básicas y junto a ellas muchas más palabras relacionadas, para que los niños practiquen ese vocabulario y no se centren solo en repetir los mismos sentimientos. Incluso puede ser un buen momento para aumentar la lista de palabras conectadas a esas 4 emociones básicas.

- 3. Gráfico de emociones:** además del cuadro de los sentimientos con palabras, en esta actividad se realizará un cuadro con las expresiones faciales de los sentimientos que han aparecido en la actividad anterior de los recortes de revista. Para ello, cada uno, escribirá en un trozo de papel el sentimiento que le ha tocado identificar y describir en el juego de la asamblea y una vez lo tengan todos, se volverán a colocar en círculo y uno a uno representarán con su rostro, la emoción que tienen escrita en el papel y el resto la tendrán que adivinar. Para descubrir si el resto lo han adivinado correctamente, cada niño dará la vuelta a su papel para comprobarlo. Una vez finalizada la ronda, el profesor se encargará de hacer una foto de la expresión facial de cada niño con el letrero del sentimiento debajo de su barbilla, de tal manera que sirva como título para posteriormente crear el poster de las emociones, que también se

colocará en la pared de clase para que todos lo recuerden y puedan acudir a él siempre que lo necesiten.

COMENTARIOS

- Es posible que algunos niños no estén de acuerdo con el sentimiento que sus compañeros han nombrado o que alguno tenga sentimientos duplicados. El maestro tiene que aprovechar esta situación como una oportunidad de aprendizaje, es decir, para explicar a los niños que no todas las personas se muestran igual aún sintiendo lo mismo.

- Actividades para el aprendizaje de habilidades de comunicación.

La comunicación es el proceso que permite compartir información con al menos una persona, por lo que deberá existir un emisor y al menos un receptor. Lo que se pretende lograr mediante estas actividades, que implican el trabajo y desarrollo de las habilidades de comunicación a través de un lenguaje positivo y respetuoso, es principalmente que los alumnos aprendan a ser tanto emisores eficaces como unos receptores efectivos, lo que les ofrecerá las herramientas necesarias para escuchar a sus compañeros y expresar sus sentimientos, molestias y deseos eficazmente y siempre con respeto. Pero es algo que necesita aprendizaje y práctica y por ello se han llevado a cabo las siguientes actividades basadas en las habilidades de comunicación. Además, es necesario destacar que las habilidades de comunicación ofrecen a los alumnos un sentido de conexión entre sentimientos, pensamientos y autonomía y permiten aprender y adquirir una serie de habilidades socioemocionales muy importantes para su desarrollo integral como, por ejemplo:

- Paciencia.
- Proyección de la voz.
- Confianza y seguridad para hablar en público.

ACTIVIDAD: “MOLESTIAS Y DESEOS”
OBJETIVO
Ofrecer a los alumnos un formato para la resolución de problemas utilizando la herramienta del lenguaje positivo.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Objeto que represente una varita mágica - Un insecto de tela (peluche, marioneta...) del tamaño de sus manos. - Pizarra
INSTRUCCIONES
<ol style="list-style-type: none"> 1. Preparación: en un papel continuo el maestro realiza dos columnas. Una de ellas será la de “molestias” y la otra será la de “deseos”. 2. Lluvia de ideas: los alumnos se sentarán en círculo e irán compartiendo los problemas que normalmente les molestan, como empujar, colarse en la fila, coger las cosas del otro sin permiso, etc. Y después harán otra lluvia de ideas con los “deseos” relacionados con las “molestias” escritas al otro lado de la columna. Por ejemplo: una molestia podría ser colarse en la fila y el deseo correspondiente sería colocarse al final de la fila. Es importante que los alumnos realicen esta lluvia de ideas de manera autónoma, de manera que el profesor solo deberá participar si los alumnos necesitan ayuda para iniciar la actividad. 3. Presentar las nuevas herramientas: El maestro explicará a los alumnos que a partir de este momento habrá en clase una varita mágica y un insecto de tela que les ayudará a expresar lo que les molesta. Para ello, el niño cogerá o levantará el insecto cuando quiera expresar lo que le ha molestado y la varita mágica para expresar su deseo, que coincide con una posible solución a ese problema. Por ejemplo, el niño podría decir: “Me molesta cuando un compañero se cuelga en la fila (insecto en la mano) y quiero que se coloque al final (deberá coger la varita mágica para expresar el deseo o solución)”.

Es importante recalcar que expresar lo que les molesta no es sinónimo de exigir y mandar al otro, sino que es una oportunidad para expresar sus sentimientos desde un lenguaje positivo y respetuoso.

4. **Poner en práctica:** los niños sentados en círculo se irán pasando las dos herramientas con el objetivo de que practiquen este nuevo formato utilizando sus propias ideas o aquellas que se han comentado en el paso 2.

Es importante que todos los niños sientan la libertad de expresar sus sentimientos y experiencias en esta actividad, pero que también pueden abstenerse si así lo desean.

5. **Lograr el objetivo:** para lograr este propósito de comunicación en entre los alumnos, el maestro también debe utilizar las frases y observar si los alumnos utilizan esta herramienta para expresar cómo se sienten y qué les gustaría que pasase. Es importante reconocer sus avances día a día. Para ello, en los momentos de asamblea, el profesor podrá pedir a los alumnos que compartan alguna situación en la que hayan utilizado este formato de molestias y deseos para solucionar un problema.

COMENTARIOS

- En esta misma actividad se puede añadir una doble tarea para ofrecer a los niños diferentes estrategias para responder respetuosamente a la frase de molestias y deseos. Para ello se puede realizar una lluvia de ideas de respuestas respetuosas que los niños utilizarían para responder a la frase utilizada en la actividad anterior. Como por ejemplo “lo siento, no sabía que eso te molestaba” y posteriormente un juego de roles para practicar ambas actividades juntas.
- Un añadido de esta actividad para lograr un aprendizaje más significativo es extrapolar este formato fuera del aula, incluso fuera del centro educativo. Para ello, se invita a los maestros a dedicar un tiempo para que cada niño fabrique su propia varita mágica y su

propio insecto de tela para poder practicar y llevar a cabo esta estrategia de comunicación y resolución de problemas también en casa.

ACTIVIDAD: "APRENDER A EXPRESARME EN PRIMERA PERSONA"

OBJETIVO

Enseñar a los alumnos habilidades de comunicación mediante la expresión de emociones propias.

MATERIALES

- Pizarra
- Poster de las emociones
- Cuadro de los sentimientos

INSTRUCCIONES

- 1. Introducción:** el maestro debe hacer una breve introducción sobre los sentimientos y la diferencia entre sentir y actuar, como aparece en el apartado de metodología de esta propuesta de innovación. Puesto que uno de los aprendizajes fundamentales que propone la Disciplina Positiva acerca de la resolución de problemas es que los niños deben aprender a separar sus sentimientos de sus comportamientos. De manera que el profesor recordará a los niños que no existen sentimientos buenos y sentimientos malos, sino que todos son válidos y respetables, es decir, es esencial que los niños con esta actividad entiendan que experimentar emociones está bien. Sin embargo, no todas las acciones a las que llevan esos sentimientos son adecuadas. Es necesario desarrollar habilidades de comunicación para expresar lo que cada uno siente en un momento determinado, como una situación problemática o conflictiva para que el otro pueda saber cómo se siente la persona afectada y juntos encontrar la solución adecuada.

2. **Utilizar las expresiones-yo:** en este paso se invitará a los alumnos a practicar expresiones sobre las propias emociones, utilizando los sentimientos expuestos en actividades anteriores de autorregulación. El profesor puede ofrecer una serie de ejemplos de frases que pueden completar para facilitar este proceso a los niños:

- Yo me siento triste / enfadado cuando me empujan.

- Yo me siento emocionado cuando jugamos todos juntos.

El objetivo de esta actividad es que los niños entiendan que estas expresiones son muy útiles para dar a conocer al otro no sólo lo que estamos sintiendo sino también lo que nos gustaría que pasara. Por ello es importante hacer a los alumnos pensar en lo que a ellos les gustaría que pase, lo que significa, que piensen y busquen soluciones. De esta manera, será más fácil que comprendan que existe una diferencia entre quejarse a alguien y actuar en consecuencia que decir lo que queremos mediante la búsqueda de la solución más adecuada. Ejemplos de la frase completa:

- Yo me siento enfadado cuando me quitan los colores y quiero que me pidan permiso antes de cogerlos.

COMENTARIOS

- Es necesario haber realizado previamente las actividades de autorregulación.
- Para realizar esta actividad es conveniente que los alumnos cuenten con el cuadro de las 4 emociones básicas y la lista palabras relacionadas y también con el gráfico de las caritas de los sentimientos.
- El maestro debe cuidar que no aparezca la culpa en mitad de las expresiones-yo, puesto que es muy fácil que los niños expresen sus sentimientos nombrando a alguien en concreto. El profesor debe adoptar el rol de moderador e insistir en que los niños no nombren a personas en concreto, sino que hablen de manera general o diciendo “alguien / una persona”

- Actividades para el aprendizaje de estrategias enfocadas en la búsqueda de soluciones.

La Disciplina Positiva intenta eliminar la concepción generalizada que defiende que para que las personas, en este caso los niños, aprendan de sus errores y no los vuelvan a cometer, es necesario hacerles sentir mal y así puedan aprender. Por el contrario, este modelo pretende generar en los niños un deseo por aprender de los propios errores y estrategias para solucionarlos, ya que las soluciones permiten a los alumnos soltar esa carga moral por haber cometido un error, lo que les ofrece un sentido de libertad y poder que les permite corregir sus errores y resolver conflictos de una manera más eficaz y respetuosa puesto que sienten que no son juzgados y que por el contrario reconocen el apoyo de sus compañeros para buscar una solución.

Por otro lado, estas actividades están enfocadas en que los alumnos entiendan que los errores son oportunidades de aprendizaje y que es inevitable cometer errores en cualquier proceso de aprendizaje, pero el miedo a fallar evita que los niños adquieran nuevas habilidades y nuevos conocimientos porque el miedo frena su crecimiento tanto académico como personal. Rudolf Dreikurs, precursor de la Disciplina Positiva, en una de sus conferencias más famosas dijo algo así como que “es necesario tener coraje para ser imperfectos”.

ACTIVIDAD: “RULETA DE LAS SUGERENCIAS”
OBJETIVO
Lograr que los alumnos adquieran una nueva estrategia para la resolución de conflictos basada en la búsqueda de soluciones.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Ficha en blanco del modelo de la ruleta de las sugerencias - Ficha preparada de la ruleta de las sugerencias - Sectores de papel en blanco para rellenar la ruleta vacía y completarla.

INSTRUCCIONES

1. **Presentación de la herramienta:** Breve explicación que sirva como introducción para los niños para entender que la ruleta de las sugerencias se trata de una herramienta más que podrán utilizar todos ellos en el momento que se sientan bloqueados a la hora de encontrar una solución para resolver el conflicto en el que se encuentran. Se trata de una actividad que realizarán los alumnos con sus propias sugerencias para completar la ruleta, de manera que serán ellos mismos los que de forma autónoma acudan a ella cuando se les presente un problema y no sepan solucionarlo utilizando otra herramienta. Además, al haberla realizado ellos, se sentirán más cómodos y seguros a la hora de utilizarla.

2. **Lluvia de ideas:** el profesor pedirá a los alumnos que a través de una lluvia de ideas vayan aportando diferentes soluciones para los problemas más comunes que se pueden presentar en el aula, como colarse en la fila, empujarse, peleas por compartir el material, etc.

Es importante que sean los niños quienes vayan diciendo sus propias ideas y sugerencias, pero el profesor será el que vaya anotándolas en la pizarra, asegurándose de que estas posibles soluciones son respetuosas y válidas en una situación real. Por ejemplo:

- Pedir perdón
- Conversar
- Compartir y pedir el turno de palabra o para jugar
- Ofrecer ayuda
- Jugar a otra cosa
- Parar y relajarse

Una vez terminada la lluvia de ideas y escritas todas las sugerencias, los alumnos (con el profesor como guía) elegirán entre 8 y 10 posibles soluciones para completar la ruleta.

3. **Completar la ruleta:** la clase se divide en grupos pequeños, de unos 3-4 alumnos aproximadamente, dependiendo del número de alumnos que haya por clase, para que cada grupo tenga al menos una de las opciones elegidas de las posibles soluciones que han salido en la lluvia de ideas. De esta manera, el profesor le repartirá uno de los sectores que forman la ruleta a cada grupo para que los alumnos puedan escribir las diferentes soluciones elegidas en cada uno de los sectores, así como decorarlo con dibujos, colores, símbolos, etc.

Una vez terminado cada sector, se pegarán encima de la ficha en blanco de la ruleta para así terminar de completarla y poder utilizarla.

4. **Poner en práctica:** el maestro propone realizar un juego de roles en el que los alumnos serán los protagonistas, de manera que serán ellos quienes voluntariamente representarán una situación problemática o conflictiva que suele presentarse en el aula como, por ejemplo, pelearse por el turno de la fila. Se necesitarán mínimo dos niños para representar la situación y un tercero que presente la ruleta completa con todas las posibles soluciones para que los “actores” escojan una de las soluciones propuestas en la ruleta para resolver el problema de la mejor manera. El proceso se repetirá varias veces con diferentes situaciones conflictivas y diferentes opciones de la ruleta.

COMENTARIOS

- Se puede dar la opción de que cada niño realice una ruleta pequeña para que la puedan llevar al patio y así que sean ellos quienes de manera autónoma y sin ayuda del profesor, logren llegar a una solución.
- Esta actividad es importante presentarla como una herramienta más para la resolución de conflictos, pero no como la única, pues así sirve de apoyo para los niños cuando se sienten bloqueados, pero no se acomodan a su uso.

ACTIVIDAD: “EL RINCÓN DE SOLUCIONES”
OBJETIVO
Establecer un espacio en el aula donde los niños sientan la seguridad y tengan la libertad de acudir para solucionar problemas.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Un espacio para la resolución de problemas - Tiras de papel con oraciones escritas que ayuden a los niños a expresar lo que les ha molestado y encontrar una respuesta respetuosa que facilite la resolución del problema. Algunos ejemplos podrían ser: <ul style="list-style-type: none"> “Me molesta ... y me gustaría que ...” “Lo siento” “No sabía que te molestaba” “Voy a parar”
INSTRUCCIONES
<p>1. Elegir el espacio y las pautas para su uso: en esta actividad, el maestro deberá involucrar a sus alumnos en el proceso de decidir la ubicación del rincón de soluciones para resolver los problemas. Puede ser cualquier lugar de la clase (una mesa, una alfombra, un banco con cojines...) ya que lo importante serán los materiales que haya en este rincón y también las pautas a seguir, que en el caso de que sean niños pequeños, se irán pautando de una a una para que los alumnos se acostumbren a su uso con la práctica. Para generar las pautas o normas del uso de este rincón, se realizará una lluvia de ideas en la que serán los propios alumnos quienes se sientan involucrados una vez más en los procesos de toma de decisiones, lo que facilitará el cumplimiento de estos límites, que por ejemplo pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tono de voz adecuado - Solo utilizar el espacio en el tiempo libre - Solo los alumnos que tengan un problema pueden estar en el rincón

Los materiales que estarán disponibles en el rincón de soluciones serán aquellos que sirvan como herramientas para solucionar los problemas, hablar con respeto y expresar los sentimientos como, por ejemplo, la varita mágica y el insecto de tela o la ruleta de las sugerencias. Materiales que ellos conocen, porque han sido creados por ellos mismos y practicado su uso, es decir, materiales con los que se sienten cómodos y seguros a la hora de utilizarlos.

2. **Asignar a un mediador:** el maestro podrá añadir a esta actividad una tercera persona que será el mediador de conflictos, su papel será el de observar el proceso de resolución de problemas y asegurar que ambas partes se escuchan y utilizan un lenguaje positivo y no hiriente.

3. **Práctica:** a través de un juego de roles, el maestro propone practicar el uso de este rincón de soluciones. Este juego de roles consistirá en que uno de los alumnos tiene un problema y otro de los niños es con quien tiene el problema y un tercer alumno que será la figura del mediador. Se deberá escoger un problema simple: coger el material que estaba utilizando sin haber preguntado antes si se lo podía llevar a su mesa. Los niños podrán utilizar los diferentes materiales y herramientas para ponerlas en práctica y llegar a una solución, al mismo tiempo el mediador deberá prestar atención al proceso y el maestro posteriormente preguntará al mediador si los protagonistas del conflicto se han escuchado, se han hablado con respeto y han respetado el turno de palabra.

COMENTARIOS

- Es importante que, para realizar esta actividad de resolución de problemas y búsqueda de soluciones, se haya realizado con anterioridad la actividad enfocada en las habilidades de comunicación titulada “molestias y deseos”.

- Es recomendable utilizar este rincón poco a poco, primero durante una semana y observar si su funcionamiento es positivo contando también con la opinión de los alumnos para saber si es necesario cambiar alguna norma o añadir más herramientas, así como asegurar que los niños están aprendiendo con este proceso.

ACTIVIDAD: “¿ES LO MISMO SOLUCIÓN QUE CONSECUENCIA?”
OBJETIVO
Ayudar tanto a los alumnos como a los profesores a apreciar el valor de enfocarse en las soluciones en vez de en las consecuencias.
MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> - Pizarra o papel continuo - Cartulina
INSTRUCCIONES
<p>1. Presentación y lluvia de ideas: el profesor presentará una situación “problemática” a sus alumnos, como puede ser por ejemplo no ponerse en la fila para subir a clase y entrar tarde. Una vez presentado este supuesto, el profesor pedirá a los alumnos que piensen y compartan a través de una lluvia de ideas, diferentes consecuencias para estos alumnos que, por haber desobedecido, han llegado tarde a clase.</p> <p>Una vez realizada la lluvia de ideas y escritas todas ellas en la pizarra, el maestro iniciará un pequeño debate/conversación que tenga como objetivo hacer entender a los niños que muchas de las consecuencias son hirientes para las personas que no han actuado de la mejor manera y que por tanto es mejor enfocarse en las soluciones en vez de en las consecuencias.</p> <p>2. Poster de soluciones: a continuación, y a partir de las consecuencias que hayan salido en la lluvia de ideas inicial, el maestro propone transformar esas consecuencias, en su mayoría negativas, en soluciones con un</p>

carácter más positivo y educativo. Es decir, es importante que con esta actividad los niños comprendan que los errores son una fuente de aprendizaje.

Una vez se han puesto en común las soluciones y son validadas por el profesor, se escribirán en un poster que se colgará cerca del rincón de las soluciones para utilizarlo como una herramienta más de apoyo a la hora de resolver los conflictos. Algunos ejemplos de soluciones:

- Todos podrán gritar ¡TIMBRE!
- El responsable de la clase o su ayudante pueden tener una tarea más y es asegurarse de recolectar al equipo antes de subir a clase.
- Prestar atención no solo al timbre sino al momento en el que el resto de los compañeros regresan a clase.

3. Tiempo de asamblea: esta actividad está enfocada en la reflexión y cambio de perspectiva sobre los premios y castigos, por lo que es necesario tener un momento de asamblea con los niños para cerciorarse de que han entendido el verdadero significado de esta actividad, que es el desarrollo de la empatía por el otro y la diferencia entre consecuencia y solución. Puesto que el aprendizaje más valioso de la Disciplina Positiva es que los errores son también una oportunidad de aprendizaje. Esto, además de ayudar a los alumnos a desarrollar habilidades y estrategias para la resolución de conflictos sin hacer daño al otro, también provoca en los niños ese sentimiento de pertenencia al grupo que es tan importante para el buen funcionamiento y clima del aula.

COMENTARIOS

- Las soluciones deben ser razonables, relacionadas con la acción y respetuosas. Para ello el profesor debe asegurarse que cada idea propuesta por los niños cumple con estas tres condiciones.
- Es importante tener en cuenta que todas las soluciones son consecuencias, mientras que no todas las consecuencias son soluciones. Por ello la actitud que se debe transmitir a los alumnos es

que se debe intentar entender los actos de los demás y ayudar a solucionarlo o cambiarlo, no juzgar ni culpabilizar.

ACTIVIDAD: "PREGUNTAS CURIOSAS"

OBJETIVO

Entender el concepto de culpa y enfocar los errores y los conflictos en la búsqueda de soluciones en vez de la búsqueda de culpables.

MATERIALES

- Pizarra
- Poster de soluciones
- Material del aula

INSTRUCCIONES

1. **Reflexión y descubrimiento:** en este primer paso el maestro adquiere un rol de orientador y moderador ya que su función es observar y escuchar a los alumnos las opiniones que tienen sobre la culpa. Para ello, es necesario que exista un clima de confianza y respeto en el que los niños se sientan seguros para expresar sus sentimientos y experiencias propias, aunque lo hagan en tercera persona, el profesor deberá hacerles saber que esta conversación no tendrá ninguna repercusión negativa o incómoda para ellos. El maestro lanzará la siguiente pregunta: ¿alguna vez os han echado la culpa por alguna situación? Si son niños pequeños, necesitarán algún ejemplo o iniciativa por parte del profesor y si son más mayores, se pueden añadir más preguntas para saber qué entienden por culpa: ¿qué sentiste? o ¿qué aprendiste?

En el caso de que los niños no sepan qué decir o cueste este momento de conversación abierta, se puede realizar una variante a partir de un juego de roles en el que alumnos voluntarios representarán una situación haciendo uso de la culpa. Un alumno acusará al otro con preguntas o acusaciones que invitan a ese sentimiento de culpa como, por ejemplo,

“¿Por qué lo hiciste?”, “¿Por qué siempre me coges mis cosas?”, “Nunca piensas”, “Siempre haces lo mismo”.

A partir de esta actividad el profesor preguntará a cada alumno lo que sintieron, pensaron y aprendieron mientras hacían el juego de roles.

Este juego de roles puede ser grabado para comentarlo al final de la actividad.

2. **Descubrir soluciones:** la siguiente pregunta que lanzará el profesor será si en ese juego de roles o en las propias experiencias que hayan querido compartir los niños, creen que existieron oportunidades para resolver el conflicto. Es decir, se trata de hacer ver a los alumnos cómo hubiera sido distinta la situación si el alumno que culpabiliza se hubiese enfocado más en buscar alguna solución para resolver el problema en lugar de descubrir quién estaba en lo correcto y quién no.

3. **La curiosidad como solución:** este tercer paso consiste en explicar a los alumnos que otra de las herramientas para resolver los conflictos es a través de las preguntas curiosas, que la mayoría empiezan con “qué” y “cómo”. A partir de ese momento se puede realizar una lluvia de ideas con algunas preguntas que les vayan surgiendo a los niños. Algunos ejemplos de preguntas curiosas pueden ser:

- ¿Qué ha pasado?
- ¿Cómo te sientes?
- ¿Qué otra cosa podríamos haber hecho?

Estas preguntas curiosas se pueden añadir al poster de soluciones para que los niños cuenten con ellas a la hora de resolver un conflicto en el rincón dedicado para ello.

4. **Comparar ambas situaciones:** a partir de la situación representada mediante el juego de roles en el primer paso, los niños volverán a representar la misma situación, pero en lugar de acudir a preguntas y

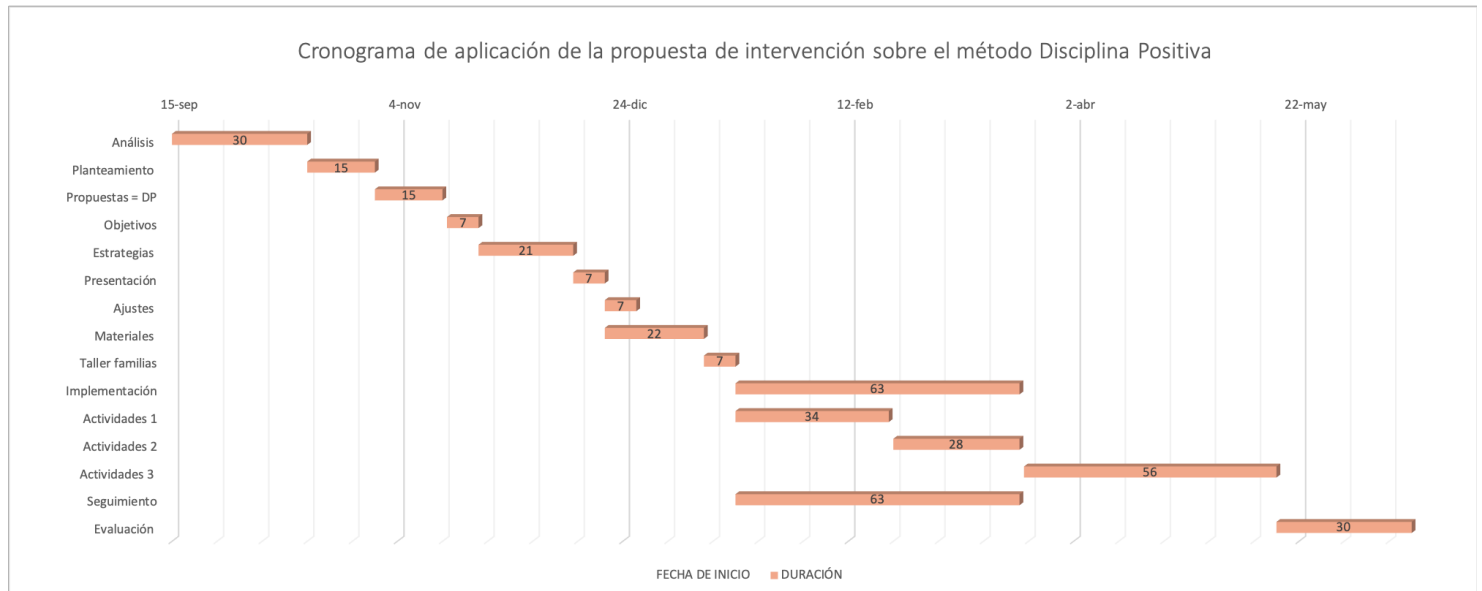
acusaciones que inciten a que aparezca el sentimiento de culpa, tendrán que esforzarse y poner en práctica lo aprendido en esta actividad, es decir, intentar resolver el problema utilizando preguntas curiosas. Este segundo juego de roles también será grabado y una vez terminada la sesión se proyectarán ambos videos para que de forma visual los niños vean el resultado de ambas situaciones y reflexionen sobre qué manera es más adecuada para resolver los problemas, utilizando la Disciplina Positiva, que busca solucionar los conflictos sin hacer daño al resto de compañeros.

COMENTARIOS

- El profesor debe observar muy de cerca los comportamientos de los niños cuando surge un conflicto porque, aunque los niños hayan entendido el significado de esta actividad, es muy sencillo regresar a la culpa cuando se les presente un problema. Es necesario tener muy en cuenta que buscar a alguien a quien culpar o juzgar interfiere en la búsqueda de soluciones, que es precisamente el objetivo de este trabajo sobre Disciplina Positiva, por lo que el profesor cuando esto suceda deberá reconducir a los niños, al camino de las soluciones.

La consecución de esta propuesta didáctica llevará consigo una reflexión y evaluación de las actividades que se detallará más ampliamente en el siguiente apartado. Con estos talleres, los alumnos aprenderán diferentes instrumentos y estrategias que les facilitarán el proceso de transformación y cambio de la manera que tenían de resolver los conflictos y las situaciones problemáticas hasta ahora. Los alumnos durante este periodo de práctica en el que tendrán la oportunidad de llevar a cabo diferentes lluvias de ideas y juegos de roles donde representan situaciones reales que pueden presentarse en su día a día, aprenderán a mantener relaciones con los demás compañeros basadas en el respeto y la empatía.

5.6 CRONOGRAMA DE APLICACIÓN



- Análisis de la situación educativa y más concretamente del grupo-aula.
- Planteamiento del problema o necesidad.
- Alternativas de solución propuestas: Disciplina Positiva.
- Planteamiento de metas u objetivos.
- Descripción de estrategias a seguir en el proyecto.
- Preparar la información y presentar la propuesta al equipo directivo y al equipo de orientación.
- Realizar los ajustes necesarios.
- Elaboración de materiales y organización del aula.
- Convocar y dar a conocer la propuesta y el método en forma de taller al resto de miembros de la comunidad educativa y a las familias de los niños.
- Implementación
- Actividades 1: aquellas relacionadas con el aprendizaje de habilidades de identificación y gestión de emociones.
- Actividades 2: aquellas relacionadas con el aprendizaje de habilidades de comunicación.
- Actividades 3: aquellas relacionadas con el aprendizaje de habilidades y estrategias para la búsqueda de soluciones.
- Seguimiento continuo.
- Evaluación e informe final.

5.7 EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

El objetivo de esta propuesta de intervención es que los alumnos aprendan diferentes herramientas y adquieran una serie de estrategias que les ayuden a prevenir los conflictos y a resolverlos de una manera respetuosa, lo que conllevará a que las relaciones en el aula se basen en el compañerismo, la empatía y el respeto mutuo. Para observar y comprobar si se ha alcanzado este objetivo, se realizará una evaluación de cada etapa del proceso, ya que una evaluación bien entendida es aquella capaz de reflejar en sus valoraciones todo el proceso de cambio y aprendizaje. No debe limitarse sólo a calificar resultados, sino que debe comprobar que la planificación de las actividades y los objetivos planteados son coherentes con sus deseos y necesidades y con el momento evolutivo socioemocional y cognitivo en el que se encuentren los niños, para así poder evaluar con total objetividad si los alumnos progresan o si por el contrario necesitan otro tipo de estímulos o apoyos.

Por lo tanto, se deben evaluar los talleres y las actividades que se realizan en el aula, el material didáctico, el ambiente del centro y el grado de participación e interés por parte del alumnado. Para llevar a cabo esto, lo más adecuado sería realizar una evaluación pedagógica de tres fases: evaluación inicial, evaluación formativa y evaluación final, todo ello a través de la observación directa y una lista de control grupal.

- La evaluación inicial tiene una función diagnóstica o exploratoria, es decir, sirve para detectar la situación real de los alumnos y del grupo-aula y debe mirarse siempre desde la perspectiva de lo que pueden llegar a aprender y no desde lo que no saben.

La evaluación inicial de este proyecto está ligada a los pronósticos sobre la evaluación futura de los alumnos y consistirá en observar el ambiente del grupo en general y los comportamientos más frecuentes de cada niño en determinadas situaciones, normalmente aquellas más conflictivas. También se observarán las relaciones interpersonales entre los alumnos y cómo afectan a la resolución de problemas, tanto individuales como colectivos. Para realizar esta primera

observación, es conveniente contar con el apoyo del equipo de orientación del centro para obtener un análisis lo más objetivo posible que permita una actuación preventiva y unos juicios de valor de referencia personalizada.

Los fines de la evaluación inicial son los siguientes:

- Establecer el nivel real del alumno previo al inicio del proceso de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta su historia académica.
 - Detectar dificultades o carencias que puedan afectar al logro de los objetivos planteados.
 - Diseñar actividades coherentes y acordes con las necesidades del alumnado.
 - Planificar de manera objetiva diferentes ajustes o modificaciones en la propuesta.
 - Establecer metas razonables en función de las características del grupo de alumnos.
- La evaluación formativa se trata de realizar una observación continua del proceso en el aula mientras se guía y se orienta al alumno, es decir, es el momento en el que el maestro observa como el alumno aprende, se esfuerza, resuelve problemas, se expresa... Esta fase es clave para el desarrollo de la autonomía y autorregulación del niño.

La evaluación de seguimiento de esta propuesta de intervención se realizará de forma continua durante todo el proyecto y de una manera más directa, mediante las actividades propuestas para la implantación de la Disciplina Positiva en el aula, con el fin de que el profesor pueda ir observando y anotando los aprendizajes y los avances que se van produciendo en el comportamiento de los niños a medida que se les van presentando las diferentes habilidades de

comunicación, herramientas para la identificación y gestión de emociones y estrategias de resolución de conflictos. De esta manera, además de apreciar progresivamente el desarrollo y progreso de las habilidades socioemocionales de los alumnos, también sirve para adaptar o cambiar si fuera necesario, las próximas actividades.

Cabe destacar que esta fase de la evaluación no se basará únicamente en las actividades formales y el análisis de las tareas propuestas, sino que la observación será en gran medida durante la actividad ordinaria del aula.

Los fines de la evaluación formativa son los siguientes:

- Retroalimentar a los alumnos acerca de su proceso y evolución cuando el maestro lo considere conveniente.
 - Identificar las estrategias y habilidades que el alumno o grupo va adquiriendo.
 - Detectar errores o dificultades que presenten los materiales o actividades.
 - Mostrar al docente el grado de avance en el logro de los objetivos, tanto acerca de la situación del grupo en general como del alumno en particular.
- La evaluación final es en la que el profesor puede apreciar si el alumno ha aprendido o no, teniendo en cuenta los objetivos propuestos. En otras palabras, la finalidad de esta fase de evaluación es comprobar si se han cumplido los objetivos finales planteados a largo plazo y si la metodología y las actividades realizadas han resultado satisfactorias para las necesidades del grupo-aula a las que se dirigía.

Para evaluar los objetivos que se buscan alcanzar con esta propuesta de intervención basada en la Disciplina Positiva, se hará una evaluación más de tipo cualitativa que cuantitativa y se realizará una vez se hayan llevado a cabo todas las actividades semanales propuestas, con el fin de comprobar si los objetivos planteados se han alcanzado o no.

Además, esta última fase de la evaluación tiene como finalidad la valoración del proyecto en sí, pensando en sus posibles mejoras para el siguiente periodo académico.

Los fines de la evaluación final son los siguientes:

- Realizar un juicio sobre los avances y resultados de la propuesta.
 - Comprobar si los alumnos han adquirido y dominan las diferentes habilidades y herramientas.
 - Informar al equipo de orientación acerca del “nuevo” nivel real en el que se encuentran los alumnos después de haber llevado a cabo este proyecto educativo.
-
- Por otro lado, también será necesario evaluar la práctica docente mediante una autoevaluación y reflexión de la actividad llevada a cabo por el maestro durante toda la propuesta. Zabala (2002) señala que la reflexión de la práctica docente debe realizarse mediante las interacciones entre maestro-alumno y alumnos-alumnos. Para ello se necesita considerar tanto la intervención educativa ocurrida antes de las actividades como la que sucede después de los procesos interactivos en el aula, es decir, para realizar una adecuada evaluación de la práctica educativa se deben tener en cuenta tanto los resultados obtenidos como los procesos de planificación docente de las actividades y talleres.

En esta misma línea, Coll y Solé (2002) añaden que el análisis de este proceso debe incluir el análisis de la interactividad e influencia educativa, es decir, de qué

manera influye la ayuda del profesor en el proceso de aprendizaje de los niños. El concepto de interactividad incluye los encuentros y actuaciones ocurridas entre los tres flujos presentes en el proceso educativo (profesor-alumno, alumno-alumno y alumno-profesor) antes, durante y después de las actividades didácticas. En otras palabras, además de reflexionar acerca de los resultados obtenidos, también se debe reflexionar sobre lo sucedido en el contexto del aula, donde interactúan el profesor, los alumnos y el contenido, concepto que estos autores denominan “triángulo interactivo”.

En definitiva, la evaluación docente debe abordar y reflexionar acerca de todas aquellas acciones requeridas durante todo el proceso pedagógico que implica esta propuesta de intervención para cumplir con los objetivos propuestos.

La observación es una de las estrategias de evaluación más utilizadas para recoger datos ya que al realizar una observación sistemática y anotando la información que se va recogiendo, es posible obtener determinadas conclusiones sobre las fortalezas y debilidades de los alumnos, que es precisamente lo que se pretende evaluar con esta propuesta de innovación con el fin de implementar la metodología de Disciplina Positiva como estilo educativo en el aula, que facilite una resolución de conflictos basada en la autorregulación y el respeto de los alumnos.

Para lograr una adecuada evaluación inicial del grupo-aula y para averiguar los conocimientos que el maestro necesita saber antes de llevar a cabo esta propuesta de innovación, se realizará una entrevista previa con la tutora de este grupo de alumnos, se realizará una observación directa y continua del comportamiento general de la clase durante las primeras semanas, con el fin de conocer cuáles son las necesidades del grupo para elegir y elaborar las actividades de una forma coherente y adaptada a sus intereses y debilidades a la hora de interactuar y resolver conflictos. Para ello, además de observar sus actuaciones en el aula, es necesario acudir a los patios para obtener un análisis más completo y profundo. Además, cabe destacar que también se tendrán encuentros con el equipo de orientación para conocer más sobre algunos casos en

concreto que pueden requerir más atención y adaptación a la hora de realizar las actividades y las correspondientes evaluaciones.

Por otro lado, las rúbricas son un instrumento de evaluación que se engloban dentro de este nuevo paradigma educativo, ya que ofrecen un juicio más auténtico y objetivo sobre el progreso y los resultados alcanzados que las calificaciones tradicionales. En esta propuesta, las rúbricas se enmarcan como herramienta fundamental para llevar a cabo la evaluación formativa, pues sirven para comprobar de qué manera los niños están entendiendo y adquiriendo los nuevos conocimientos y estrategias durante el proceso de aprendizaje.

Las rúbricas son un método de evaluación que contiene diversos parámetros de evaluación que permiten al docente y a los alumnos asociar una serie de criterios de evaluación a los objetivos planteados, niveles de logro y sus descripciones, con el fin de establecer una gradación de la calidad de los diferentes contenidos que se pretenden desarrollar para alcanzar los objetivos planteados para cada actividad.

Se trata de una herramienta muy útil porque es flexible, es decir, se puede ir ajustando y modificando a medida que avanza la propuesta con el fin de encontrar el valor justo de la evaluación que el equipo docente considere más adecuado.

Cabe destacar que además las rúbricas permiten una interacción entre el profesor y los alumnos puesto que puede diseñarse de manera acordada y colectiva antes de aplicarse, de forma que se trata de una herramienta diseñada para que todos los alumnos sean evaluados de forma objetiva y congruente, ya que el profesor puede especificar previamente qué espera de sus alumnos y cuáles son los criterios por los que se va a evaluar el grado de cumplimiento del objetivo previamente establecido de acuerdo con el tipo de actividad propuesta por el profesor.

Para realizar la evaluación continua de esta propuesta, se planteará una rúbrica por cada actividad realizada en clase, de acuerdo con el objetivo propuesto como alcanzable para cada una de ellas. Además, todas las rúbricas tendrán unos criterios comunes relacionados con una serie de habilidades socioemocionales indispensables para la

correcta consecución de estas actividades, como la participación, el interés, el compañerismo o el respeto. El objetivo de incluir una serie de criterios que siempre sean los mismos en cada rúbrica, es para que los niños se acostumbren a que el desarrollo de estas habilidades siempre debe aparecer en todas sus actuaciones, no solo en aquellas actuaciones de aula que son evaluadas, sino que de esta manera se facilita a los alumnos entender que estas aptitudes son necesarias para lograr un adecuado clima de trabajo basado en relaciones de compañerismo y una adecuada y respetuosa resolución de conflictos.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	EXPERTO (SI)	APRENDIZ (A VECES)	NOVEL (NO)
Ha ejercido su rol correctamente y ha podido ayudar a sus compañeros			
Ha seguido correctamente las indicaciones de la actividad y del profesor			
Se ha implicado en todas las tareas a realizar.			
Ha mostrado interés y esfuerzo por la actividad.			

Por último, para la evaluación final se realizarán unas listas de control entre todos y se colocarán en el rincón de clase destinado a la resolución de conflictos, que será el lugar donde se realizará una asamblea al final de cada semana para ver el progreso y el resultado de los comportamientos de la semana.

Las listas de control se tratan de unos cuadros de doble entrada en los que se indicarán diversos elementos a valorar y se utilizarán de manera continua para evaluar tanto el proceso como los resultados, ya que brindan una visión general del desarrollo y el avance del grupo. Además, se trata de un instrumento de fácil elaboración y comprensión ya que la propuesta está pensada para llevarse a cabo en un aula con niños de 6 y 7 años.

La evaluación final será semanal puesto que el objetivo fundamental de la evaluación de este proyecto es que sean los propios niños quienes reflexionen acerca de su comportamiento y su evolución y al ser niños de primero de primaria, realizar esta evaluación-reflexión semanalmente les ayuda a ver de forma más clara este progreso y mejorar los aspectos necesarios en un periodo factible para ellos.

La idea que se pretende llevar a cabo en esta tercera fase será una evaluación general del grupo-aula que consiste en completar diariamente con gomets de colores una lista de control y observar al finalizar la semana, el progreso que ha tenido la clase en general a la hora de respetarse y resolver conflictos en el aula. Para ello, al final de cada día se realizará una breve asamblea para reflexionar sobre los comportamientos individuales y cómo han influido estos en el clima general del aula y sus relaciones. Cada día hay un encargado del aula que será quien pegue el gomet del color correspondiente, elegido y consensuado por todos en función de su comportamiento y verificado por el profesor.

SEMANA 1	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CLASE 1º DE PRIMARIA					

- Gomet de color rojo: clima negativo. No significa que haya habido muchos conflictos en el aula, sino que no se ha mostrado esfuerzo ni interés por utilizar las herramientas adecuadas para resolver el conflicto de la mejor manera posible, a través del respeto, la empatía, el compañerismo y por supuesto sin violencia ya sea verbal o física.
- Gomet de color amarillo: clima mejorable.
- Gomet de color azul: clima positivo. Se respira claramente un clima armónico en el aula al finalizar el día pues puede que haya ocurrido alguna situación problemática, pero se ha utilizado el rincón de soluciones y los niños se han esforzado por encontrar una solución adecuada para los involucrados en el conflicto y se ha resuelto de una manera respetuosa y sin violencia.

El objetivo de la Disciplina Positiva no es erradicar el conflicto en el aula ya que es un aspecto inherente al ser humano, sino que estos problemas se solucionen de una manera adecuada a través de la búsqueda de soluciones consensuadas. Y que sean los alumnos quienes lo hagan de una manera autónoma gracias al uso y adquisición de las herramientas y estrategias necesarias que facilitan el desarrollo de la autodisciplina y el autocontrol. Con este método se puede obtener un claro beneficio en la convivencia en el aula puesto que se observan cambios en las relaciones entre los alumnos. Estas son más respetuosas en términos generales, sin llegar a tener una situación conflictiva presente, ya que los niños utilizan un lenguaje más positivo y amable al dirigirse y comunicarse con los demás, se muestran más sensibles y seguros a la hora de expresar cómo se sienten en determinadas situaciones y, sobre todo, con este método se logra el sentimiento de grupo en su conjunto debido a que cada niño de manera progresiva va adquiriendo y sintiendo que es una pieza fundamental del equipo.

La realización de esta lista de control de manera cooperativa tiene como finalidad, una vez más, que los alumnos aprendan a tomar decisiones de forma cooperativa y reflexionando acerca de su comportamiento, obteniendo así los aspectos positivos y remarcables y también aquellos que deben y pueden mejorar. Además de ofrecer esta información al profesor sobre la evolución general del comportamiento del grupo y de cada niño en particular.

Por último, cabe destacar que esta lista de control estará colgada en una de las paredes de clase donde las familias de los niños tienen la libertad de entrar al empezar y al finalizar el día cuando entregan o recogen a sus hijos, por lo que las familias también tienen la posibilidad de observar el comportamiento general de la clase y su evolución diaria en cuanto a la resolución de conflictos, la Disciplina Positiva y lo que ello conlleva. Esta es otra de las razones por la que la lista de control se realizará de manera general como grupo-aula, ya que el objetivo no es juzgar ni culpabilizar a ningún niño en concreto sino encontrar el equilibrio entre todos para fomentar una adecuada disciplina de aula.

6 CONCLUSIONES

A partir de las diferentes percepciones, observaciones y anotaciones recogidas durante toda la propuesta de intervención, la conclusión que se obtiene es que ha ocurrido un claro avance en el comportamiento de los niños, lo que ha dado lugar a un beneficio común del grupo en cuanto a la resolución de conflictos mediante la búsqueda de soluciones y la autorregulación emocional, sobre todo en la expresión de deseos y molestias a través de una comunicación positiva.

Sin embargo, es importante destacar que se trata de una propuesta que no se ha llevado a cabo de forma completa en el aula durante el periodo de prácticas, puesto que uno de los mayores inconvenientes que he encontrado es el tiempo limitado para la implantación de esta propuesta en su totalidad. Aún así, considero que los resultados esperados una vez realizadas todas las actividades, son muy positivos y beneficiosos tanto a nivel individual de cada niño, como a nivel colectivo de aula y de comunidad educativa.

Además, la elaboración del trabajo ha requerido también un gran esfuerzo a la hora de recopilar toda la información y fundamentación teórica necesaria debido a la novedad del método, ya que la implementación de la Disciplina Positiva en nuestro país es bastante reciente.

Lejos de las dificultades encontradas a la hora de realizar y llevar a cabo esta propuesta de innovación, he extraído muchas fortalezas tras su consecución. La parte más reconfortante del trabajo ha sido la total disposición del centro y de los profesores para poder realizar las actividades, la libertad para preguntar a cualquier miembro del equipo docente sobre cualquier tema o duda ya fuera de tipo académico o más personal para poder ampliar mi investigación con datos más objetivos sobre los niños y sus diferentes situaciones personales, familiares, etc. Además de conseguir una entrevista con Marisa Moya, educadora, entrenadora del método Disciplina Positiva y miembro de Disciplina Positiva España. Pero, sobre todo, todo el aprendizaje obtenido a través de la interacción tanto con los niños como con mi tutora del centro. Han sido para mí un

ejemplo y mi mayor logro durante este periodo de prácticas en el que se ha llevado a cabo parte de la propuesta.

Por último, cabe destacar la aportación y utilidad que se pretende conseguir con este trabajo de fin de grado y es que el objetivo fundamental del presente trabajo es elaborar una propuesta de intervención para implantar la Disciplina Positiva en un aula de primero de Primaria y además dar a conocer este método educativo a los miembros de la comunidad educativa con el fin de compartir diferentes herramientas y estrategias para resolver conflictos y situaciones problemáticas, puesto que como se ha comentado anteriormente, son acontecimientos a los que las personas, como seres racionales y sociales nos vamos a tener que enfrentar inevitablemente, a lo largo de nuestra vida.

Sin embargo, la Disciplina Positiva, conociendo esta realidad inherente al ser humano, apuesta por una solución real al conflicto, en la que no hay lugar para la violencia porque el respeto y la dignidad de las personas se encuentra por encima de cualquier conflicto. Por ello, este trabajo pretende enseñar a los docentes que están experimentando este cambio de paradigma educativo, a identificar situaciones conflictivas en el entorno del aula y tener las herramientas necesarias para resolverlas, y de esta manera, actuar como modelo para los alumnos y crear un ambiente educativo más saludable y rico para todos, todo ello a través de un modelo basado en la firmeza y en la amabilidad a partes iguales, dejando atrás la disciplina punitiva y tratando que el niño se sienta importante y parte del grupo.

Para finalizar, me gustaría terminar con una cita de Marisa Moya: “los educadores tenemos en nuestras manos mejorar el mundo haciendo que las relaciones estén basadas en el respeto mutuo y en el amor”. El método Disciplina Positiva tiene la certeza de que los niños pueden llegar a ser agentes de cambio de la sociedad en la que vivimos y por ello, la escuela actual debe dejar atrás la concepción de que el éxito escolar se atribuye únicamente al éxito académico, sino que las relaciones socioemocionales son también parte de este éxito académico y social. De esta manera, lograremos vivir también en una sociedad de éxito basada en una convivencia real donde las relaciones interpersonales se basen en el respeto y la empatía.

7 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Apple, M. W. (1986). *Ideología y currículo*. Madrid: Akal.
- Catellanos, L. (2017). *Educación en lenguaje positivo*. Barcelona: Paidós.
- Coll, C. (1993). *El constructivismo en el aula*. Barcelona: Graó.
- Coll, C. y Solé, I. (2002). *Enseñar y aprender en el contexto del aula*. Madrid: Alianza.
- DECRETO 89/2014, de 24 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de la Educación Primaria.
Recuperado de
https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2014/07/25/BOCM-20140725-1.PDF
- England, G. (1989). Tres formas de entender la administración educativa, en R. Bates et al., *Práctica crítica de la administración educativa*. Valencia: Universidad de Valencia.
- Escudero Muñoz, J.M. (1992): Innovación y desarrollo organizativo de los centros escolares. *Ponencia presentada en el II congreso Interuniversitario de Organización Escolar*, Sevilla.
- Etxeberría, F., Esteve, J.M. y Jordán, J.A. (2001). La escuela y la crisis social. En: P. Ortega, (coord.). *Conflicto, violencia y educación. Actas del XX Seminario Interuniversitario de Teoría de la Educación*. Murcia: Cajamurcia.
- Freud, S. (1923). *El yo y el ello*. En *obras completas*, Buenos Aires: Amorrortu editores.
- Gatlung, J. (1981). *Investigación sobre la paz: tendencias recientes y repertorio mundial*. París: UNESCO.
- Ibarrola, B y Alzina, R.B. (2013). *Aprendizaje emocionante: neurociencia para el aula*. Madrid: SM.
- Jares, X, R. (1993). El lugar del conflicto en la organización escolar. *Revista de educación*, (302), 113-128.
- Morgan, G. (1990). *Imágenes de la organización*. Madrid: Ra-Ma.
- Nelsen, J., Lott, L., y Glenn, S. (2015). *Disciplina positiva*. Estado de México: Rondine, S.C.

- Ortega, P. (2001). Presentación. En: P. Ortega (coord.). *Conflicto, violencia y educación. Actas del XX Seminario Interuniversitario de Teoría de la Educación*. Murcia: Cajamurcia.
- Pérez de Guzmán, M.V.; Vargas, M.; Amador Muñoz, L.V. (2011). Resolución de conflictos en las aulas: un análisis desde la Investigación-Acción. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria* 18, 99-114.
- Piaget, J. (1977). *Lenguaje y pensamiento*. Buenos Aires: Guadalupe.
- Riedman, W. (1981): *Técnicas de dirección*. Madrid: Paraninfo.
- Skinner, B. (1972). La necesidad de las máquinas de enseñar. Storm, R. (Comp.) *Aprendizaje escolar y evaluación*. Buenos Aires: Paidós.
- Torres, J. (1991): *El curriculum oculto*. Madrid: Morata
- Zabala, A. (2002). *La práctica educativa, cómo enseñar*. Barcelona: Grao.

8 ANEXOS

8.1 ANEXO I: ENTREVISTA MARISA MOYA

Marisa Moya, diplomada en Magisterio por la Universidad Complutense de Madrid, licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid. Certificada como entrenadora de Disciplina Positiva por la Positive Discipline Association y certificada como Neuropsicoeducadora. Dirige la escuela Infantil Gran Vía y cuenta con una larga trayectoria profesional en este ámbito. Creadora de un proyecto innovador que promueve relaciones respetuosas, llamado “enREDada” para la mejora de la Educación Infantil.

Su escuela fue la anfitriona de la Disciplina Positiva en España, en el año 2013.

Paula de Frutos: ¿Cómo descubres o te descubre la Disciplina Positiva?

Marisa Moya: Llegó en un momento en el que ya tenía un terreno personal y profesional muy trabajado. Había dado la vuelta, como si de un calcetín se tratara, a la propuesta educativa en mi escuela. No apunté con el dedo a nadie, lo volví hacia mí, los volvimos hacia nuestro equipo y nos empeñamos en un formato, entonces, disruptivo ¡Comunidad educativa para contribuir, educadores y progenitores, a la creación de entornos armónicos para la primera infancia! En medio de este proceso irrumpió la Disciplina Positiva en mi vida, llegó a mi escuela, fue la anfitriona de Disciplina Positiva en España.

P: ¿Cuáles dirías que son las claves para confiar en este método como el motor de cambio que necesita la educación y la sociedad actual?

M: Las claves son que contempla una educación integral del ser humano basada en principios universales, el respeto y la dignidad y con estrategias que promueven el desarrollo de habilidades socio emocionales. La Disciplina Positiva es darle una oportunidad al valor del afecto en educación en lugar del miedo.

P: ¿Qué significa realmente “disciplina” y cuáles crees que son los motivos por los que se ha acuñado una connotación negativa de este término?

M: Disciplina es sistematización en educación, plantear objetivos y optar por estrategias y recursos que nos pongan en el camino del logro de esas finalidades. La sistematización es aval de un proceso educativo si es adecuado.

La mayoría de las personas hemos sido tratadas con relaciones de verticalidad, el poder de uno sobre el poder de los otros y para mantener esa superioridad se han aplicado herramientas de control y corrección. Así el castigo tenía, y sigue teniendo, un papel estelar porque “funciona”. Momentáneamente se logra “ganar” al niño o niña, se logra reducir la iniciativa infantil, se domina al hijo o alumno. Este resultado inmediato ha funcionado como aval, sello o ansiolítico para el educador que creía que así estaba educando bien, sin reparar en los efectos o consecuencias a largo plazo del uso del poder autoritario.

La diferencia sustantiva es el concepto que se tiene de “poder”, mientras la disciplina tradicional emplea el poder de uno sobre otro, la Disciplina Positiva aborda la relación humana desde el poder compartido, la transversalidad. La primera necesita del miedo, la segunda se fundamenta en el afecto.

P: ¿Qué es para ti o qué significa realmente educar con firmeza y amabilidad?

M: Ser firme es respetarse a sí mismo, tus principios, tus valores, ser amable o cordial es asegurar que en la interacción con la infancia se salvaguarda la dignidad infantil y se respetan sus necesidades.

Ser amable es fácil para algunos educadores, pero se tiene la dificultad de ser firmes. No sabemos hacer orden sin fuerza, confundimos autoridad con dominar al otro.

P: Entiendo que el foco principal de este método es el adulto ¿Por qué es tan importante el autoconocimiento?

M: El autoconocimiento es una competencia fundamental para el educador que le permite: Conocerse y comprenderse.

En función de este conocimiento es más probable que puedas resolver y prevenir situaciones conflictivas, así como modelar o cambiar facetas de tu personalidad que así lo requieran. Porque tomas consciencia del impacto que tienes en tu alumnado. Incluso facilita prevenir el daño emocional y cognitivo de las generaciones futuras.

Auto conocerse nos pone en el camino de la mejora y en definitiva crear un mundo mejor para todos.

P: Actuamos mejor cuando nos sentimos bien, ¿verdad? Esto tiene que ver con la estrecha relación que existe entre la neurociencia y la Disciplina Positiva. ¿Cómo definirías esta relación?

M: Todas las investigaciones de la neurociencia avalan lo que la Psicología Individual, que es el origen de la Disciplina Positiva, concluía, actuamos mejor cuando nos sentimos bien, en entornos que no sean amenazantes, con interacciones que sean compatibles con las leyes del cerebro.

Sin duda, los educadores pueden y deben actualizarse con formaciones profundas y rigurosas sobre todos los aportes que está haciendo la neurociencia sobre el funcionamiento cerebral y los mecanismos de aprendizaje.

Los educadores debemos poder sentir el aliento de nuestra sabiduría y creatividad a la hora de relacionarnos con los niños en vez del desánimo por creer que no se tienen los recursos suficientes dentro de uno mismo para entender, comprender y ayudar a crecer a nuestros pequeños.

No parece lógico que en Infantil un niño ya sea tildado de incapaz, de vago, de insuficiente, de pegón, de maldad...no parece responsable que un educador no sepa distinguir entre comportamiento apropiado por edad y conductas malintencionadas. No

parece lógico que un adulto no diferencie entre lo que se es y lo que se hace y aborde la vida emocional infantil desde la crítica no constructiva y el enjuiciamiento.

¡Así no se cuida bien infancia!

P: ¿Qué importancia tiene la conciencia emocional en Disciplina Positiva?

M: Esto sí es necesario, la formación emocional del educador a través de información y ejercitación de autorregulación.

Sin esta formación todos los esfuerzos por llevar “educación emocional” a los centros escolares pueden resultar fracasados porque sobre las emociones no se aprende con clases magistrales, se aprende desarrollando la sensibilidad para conocerse y es el adulto el espejo en el que se mira el niño para saber sobre sí mismo. Puede haber mucha incongruencia entre la propuesta educativa “en papel” y la vivencia de estas finalidades educativas.

No solo hay que saber de contenidos académicos, es imprescindible contar con competencias socio emocionales para saber hacer y saber ser.

P: ¿Qué quiere decir “Recuperar el cerebro pensante a través de la calma”?

M: Quiere decir que en momentos en los que nos desborda la emoción la mejor opción es tomarse el tiempo necesario para recuperar integración cerebral y que nuestras emociones puedan ser moduladas por las funciones superiores cerebrales, cuando no nos lo permitimos reaccionamos a la vida, no respondemos a la vida.

P: Como bien dices, la urgencia es una trampa mortal en educación ya que la infancia se cuece a fuego lento. ¿Qué primeros pasos propones para empezar este cambio?

M: Es ineludible crear programas de formación de los educadores que puedan abarcar la realidad de nuestras aulas, quedó obsoleto el modelo productivo de la enseñanza que solo aborda contenidos academicistas, es imperativo que los docentes cuenten con propuestas, información, y estrategias para desarrollar sus competencias de inteligencia emocional.

Si la formación no atiende a esta necesidad la ética profesional nos empuja a seguir formándonos de manera autodidacta o con cursos que no provean de esta información y de los programas que requieren los alumnos y alumnas del siglo XXI.

P: ¿Cuáles son las claves para establecer límites sin caer en el castigo? O, dicho de otra manera, ¿cómo lograr que los niños entiendan esos límites como pautas de vida y no como reglas que se vean obligados a cumplir y acaben en actos de sumisión o rebeldía?

M: La creación de normas en el aula está inmersa en un contexto que avala su eficiencia, este contexto es el respeto a los principios de la Disciplina Positiva:

- Nos aseguramos de que el mensaje del amor y del respeto sea recibido asegurar siempre la conexión emocional, bienestar cerebral.
- Proveemos de una base de amabilidad y firmeza a la vez respeto mutuo, los niños no se sienten atacados, ni humillados, ni avergonzados; los lóbulos prefrontales pueden ejercitarse.
- Vemos los errores como oportunidades maravillosas para aprender en vez de hacer leña del árbol caído, los niños pueden enfocar los conflictos en lugar de que el problema sea la actitud del educador que invita a reacciones amigdalinas.

- Ayudamos a los niños a explorar las consecuencias de sus decisiones por medio de preguntas de curiosidad, ejercitación de funciones ejecutivas en lugar de imponer consecuencias (castigos mal disfrazados, cerebro primitivo e impulsivo) para hacerlos pagar por sus errores.
- Enfocamos en las soluciones involucrando a los niños para que se apropien de las pautas que ellos ayudaron a crear y que estén motivados a seguirlas (y aprender importantes habilidades de vida durante el proceso, aprender a pensar y solucionar problemas).
- Nos metemos en el mundo del niño entendiendo que un niño “que se porta mal” es un niño “desalentado” y entendiendo la importancia de encargarse de la “creencia” o convicción errónea que está detrás del comportamiento.

La Disciplina Positiva no es modificación de conducta, la Disciplina Positiva es cuidar la interacción humana con estrategias más humanizadas, más compasivas, más éticas en las que los niños y niñas cuentan con oportunidad para desarrollar habilidades socio emocionales.

Un aula debe tomarse el tiempo que sea necesario para trabajar sistemáticamente esas habilidades y contar con recursos como la cocreación de pautas, la corresponsabilidad con tareas de contribución a la comunidad, rutinas que informen y orienten, mesas de la paz con recursos para conciencia emocional, ruedas de regulación del enfado, ruedas de alternativas para los conflictos, reuniones de aula para resolver la vida de la comunidad mediante búsqueda de acuerdos y con enfoque en soluciones...

P: La Disciplina Positiva está centrada en la importancia del cuidado y la conexión desde la primera infancia, pero ¿se está a tiempo en adolescentes? ¿Hay algún punto de no retorno?

M: Siempre se está tiempo de mejorar y crecer como ser humano, la manera es el aprendizaje de nuevas habilidades.

