



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

TRABAJO FIN DE GRADO

Proyecto de innovación

Doble Grado en Educación Primaria y Educación Infantil

Alumno: Paloma Riva de la Hoz

Director: Jorge Burgueño López

Curso: 2021-2022

Fecha: 30 de marzo de 2022

ESCUELA DE FAMILIAS

FORMACIÓN EN DISCIPLINA POSITIVA

ÍNDICE

PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO	1
RESUMEN.....	1
PALABRAS CLAVES:	1
ABSTRACT	2
KEYWORDS:	2
PROYECTO DE INNOVACIÓN.....	3
1. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	3
2. MARCO TEÓRICO PROPUESTA DE INNOVACIÓN	5
2.1. LA DISCIPLINA POSITIVA.....	5
2.2. CARACTERÍSTICAS EVOLUTIVAS DE LOS NIÑOS DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL	9
2.3. ESCUELA DE FAMILIAS	13
3. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	16
3.1. OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA	16
3.2. CONTEXTO EN EL QUE PODRÍA APLICARSE LA PROPUESTA	16
3.3. METODOLOGÍA Y RECURSOS	17
3.4. CRONOGRAMA DE APLICACIÓN.....	20
3.5. ACTIVIDADES.....	22
» Sesión 0:	22
» Sesión 1:	23
» Sesión 2:	26
» Sesión 3:	29
» Sesión 4:	31
» Sesión 5:	32
» Sesión 6:	34
» Sesión 7:	36
3.6. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA	38
4. CONCLUSIÓN.....	39
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
6. ANEXOS.....	45
ANEXO 1: Manual de la formación.....	45
ANEXO 2: Rúbricas de evaluación de cada sesión.....	61
ANEXO 3: Mensajes neuronas espejo (S2)	62
ANEXO 4: Plantilla de Tabla de Rutinas (S2).....	63
ANEXO 5: Casos antecedentes de conductas (S3)	64
ANEXO 6: Tabla de metas equivocadas (S3)	65
ANEXO 7: Partes de la reunión de familia (S4).....	66
ANEXO 8: Diploma de participación (S7).....	67

PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO

RESUMEN

Este trabajo es una propuesta de un proyecto de innovación basado en la importancia de la relación entre familia y escuela.

La propuesta es una de escuela de familias centrada en la Disciplina Positiva con el objetivo de que el niño tenga referentes adultos, tanto en el colegio como en el hogar, con un mismo modelo educativo, en este caso, el propio de la Disciplina Positiva. Dicho modelo promueve relaciones respetuosas y responsables basadas en el equilibrio entre la amabilidad y la firmeza.

Esta escuela de familias recoge los aspectos fundamentales de la Disciplina Positiva con el propósito de que los asistentes tengan conocimientos, herramientas y estrategias suficientes para educar en el hogar de manera paralela, coherente y similar a la de la escuela.

La formación alterna breves explicaciones teóricas con análisis de casos reales, actividades prácticas, puesta en común de ideas, y reflexiones individuales con la intención de que el aprendizaje sea lo más completo posible.

Por último, cabe destacar la presencia de diversos recursos, tanto digitales como materiales, como por ejemplo el manual creado en exclusiva para esta escuela de familias, el cual servirá de guía pero también de fuente de información y cuaderno de anotaciones fruto de la reflexión.

En definitiva, esta propuesta de innovación trata de acercar las realidades que el niño encuentra en el centro educativo y en su hogar.

PALABRAS CLAVES:

Disciplina Positiva, escuela de familias, relación familia-escuela, modelo educativo, amabilidad y firmeza.

ABSTRACT

This paper presents a proposal for an educational innovation project based on the importance of the relationship between family and school.

The proposal is a families' school focused on Positive Discipline with the aim that the children have adult referents, both at school and at home, with the same educational role model, in this case, the one belonging to Positive Discipline. This model promotes respectful and responsible relationships based on a balance between kindness and firmness.

This families' school includes the main aspects of Positive Discipline with the purpose of providing the participants sufficient knowledge, skills and strategies to educate at home in a parallel, coherent and similar way to the one used at school.

The program combines brief theoretical explanations with analysis of real situations, practice activities, sharing of ideas, and individual thoughts with the intention of ensuring a complete learning experience.

Finally, it is also worth highlighting the use of several resources, whether digital or physical, such as the handbook exclusively created for this school for families, which will serve as a guide but also as a source of information and a notebook of reflective annotations.

In brief, this educational innovative proposal tries to bring closer the realities that the child finds at school and at home.

KEYWORDS:

Positive Discipline, families' school, family-school relationship, educational role model, kindness and firmness.

PROYECTO DE INNOVACIÓN

1. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

La escuela y el hogar son los dos espacios por excelencia en los que cualquier menor aprende y es educado. Es por ello por lo que ambos deben estar en continua comunicación y han de colaborar con el objetivo de que el niño perciba los dos espacios como diferentes pero a la vez complementarios (Cabrera Muñoz, 2009). La línea pedagógica del centro y de la familia han de ser coherentes y comunes para propiciar el correcto desarrollo integral de niño. Es a partir de esta necesidad desde la que nace esta propuesta de innovación.

En ocasiones las tutorías individuales con las familias y las visitas esporádicas al centro no son suficientes para que ambos responsables de la educación del niño (escuela y familia) lleguen a establecer una línea de trabajo conjunta. La escuela de familias brinda el tiempo, espacio y condiciones adecuadas para alcanzar esa colaboración necesaria. Por consiguiente, tomé la decisión de que mi propuesta de innovación fuese una escuela de familias.

En cuanto a la temática de la formación me decanté desde el primer momento por la Disciplina Positiva.

Esta metodología, en mi opinión, da respuesta a todas las necesidades actuales en lo referente a la crianza. Además, es flexible y se adaptaba a todo tipo de familias y realidades.

Así mismo, la Disciplina Positiva realza la importancia de la educación emocional, la autorregulación y el respeto mutuo, aspectos que considero claves para que toda persona llegue a desarrollarse de manera integral, criando así a personas responsables, comprometidas, autónomas e inteligentes emocionalmente hablando.

Más allá de esto, he podido conocer en mi periodo de formación y de prácticas los posibles problemas que acarrea que la familia y la escuela trabajen de manera desvinculada, o incluso opuesta. Las desventajas de situaciones como esta repercuten tanto en el rendimiento académico y actitud del niño, como en el desempeño de la labor del docente y la percepción de este de la familia.

Por último, me gustaría mencionar mi propia motivación con respecto al tema elegido. La Disciplina Positiva recoge prácticamente en su totalidad mi visión de cómo han de

establecerse todo tipo de relaciones, desde las escolares hasta las de pareja pasando por las de amistad. En mi opinión, el respeto, la amabilidad, la inteligencia emocional y también el establecimiento de límites son elementos esenciales para que cualquier vínculo se instaure de manera exitosa. La Disciplina Positiva es en definitiva esencia de la maestra que quiero llegar a ser.

2. MARCO TEÓRICO PROPUESTA DE INNOVACIÓN

2.1. LA DISCIPLINA POSITIVA

La Disciplina Positiva encuentra sus **orígenes** a principios del siglo XX, en 1920, con la filosofía de los austriacos Alfred Adler, médico y psicoterapeuta, y Rudolf Dreikurs, psiquiatra y educador. Décadas después, en los años 80 de este mismo siglo, esta metodología quedará sintetizada y desarrollada gracias al trabajo de Jane Nelsen y Lynn Lott (Disciplina Positiva España, s.f.).

Estas autoras elaboran una **definición** de la Disciplina Positiva, siendo esta un enfoque de la educación que aboga por unas relaciones de respeto mutuo y responsabilidad, basadas en el equilibrio entre la amabilidad y la firmeza, y que busca proporcionar habilidades y competencias sociales para la vida. (Nelsen, 2007; Seisdedos, 2021).

Además, esta metodología defiende que el móvil del comportamiento de todo ser humano es la búsqueda continuada de un **sentido de pertenencia** en su entorno. Es por ello por lo que se debe proporcionar al niño un ambiente de seguridad, confianza y cariño para que esta necesidad se vea cubierta y por lo tanto no opte por desarrollar conductas desadaptativas con el objetivo, mal enfocado, de pertenecer (Duffy et al, 2014).

Otro de los principios claves de este modelo es la reinterpretación del **error**. Tal y como explica Marisa Moya, pionera e impulsadora de la Disciplina Positiva en España, el error ha de concebirse como una oportunidad para educar y construir habilidades necesarias para vivir (Fundación Botín, 2020).

La infancia es una etapa de desarrollo, descubrimiento y crecimiento, por lo que hay que ser conscientes de que errar es algo intrínseco de la niñez. Sin error el aprendizaje se ve limitado, ya que gracias a la búsqueda de soluciones nuestra mente se familiariza con la aplicación del pensamiento divergente, el análisis de realidades, la asociación de ideas, etc. Por eso mismo, no se puede asociar el fracaso con errar. Debemos desligarnos de la perspectiva negativa del error (Iglesias, 2020).

La Disciplina Positiva también defiende que el cambio no debe buscarse en los niños y sus comportamientos. Marisa Moya explica que el cambio ha de conseguirse en los adultos (Martitegui, 2021). Esta psicóloga y educadora sostiene que la Disciplina

Positiva más que una metodología podría definirse como un **cambio del punto de vista** desde el que la infancia es contemplada. Es el adulto quien debe asumir su responsabilidad como **modelo** de actuación para los niños. El adulto ha de ser capaz de modelar lo que vaya a exigir al niño. Esta idea queda sostenida también por la teoría del **aprendizaje por imitación** (Vygotsky, 2020). El aprendizaje tiene un claro componente **social**, y más en edades tan tempranas como las que comprende la infancia. Los niños aprenden observando, imitando e interactuando con sus iguales y con sus adultos de referencia (Bandura, 1987). Es por ello por lo que los adultos no solo deben cuidar lo que dicen, sino también cómo lo dicen. El **lenguaje no verbal** ha de ser congruente con el discurso, ya que supone un elemento clave para el aprendizaje (Corrales, 2011).

En cuanto a la obtención de resultados, la Disciplina Positiva aboga por estrategias que encuentren su **eficacia a largo plazo** ya que espera que el **aprendizaje** de las nuevas habilidades y competencias sea lo más **significativo** posible (Ausubel, 2002). Así mismo, es de vital importancia dotar al niño de las herramientas suficientes para adquirir dichos aprendizajes, primero con ayuda para poco a poco dotar de mayor autonomía al niño para que pueda realizarlo de manera independiente, tal y como explica Bruner (1991) en su teoría del **andamiaje**. Además, se promueve expandir la zona de confort del niño poniendo el foco de atención en su **zona de desarrollo próximo** (Vygotsky, 2020). Así, se podrá efectuar el proceso de aprendizaje que describe Coll (1998), el cual comienza con el desequilibrio de los aprendizajes previos para posteriormente reequilibrarlos gracias al establecimiento de conexiones con los nuevos.

Es por todo ello por lo que el **castigo** no se encuentra dentro de las herramientas de esta metodología (Vega, 2020). Jane Nelsen (2007) defiende que no es necesario hacer que los niños se sienten mal para que se porten mejor. El castigo funciona a corto plazo, sin embargo no dota al niño de los mecanismos suficientes para poder aprender y comprender aquello en lo que se equivocó (Aldort, 2009).

El establecimiento de límites y normas es otro de los principios claves de la Disciplina Positiva. Las **normas**, son concebidas desde otra perspectiva, ya que son establecidas de manera democrática, reflexiva y consensuada. Por ello, la Disciplina Positiva utiliza el término **pautas acordadas**, con el fin de diferenciarlas de las normas, concebidas estas desde la visión más tradicional en la que son impuestas de

manera vertical, desconectadas de la responsabilidad individual e inflexibles (Duffy et al, 2014).

Al igual que las normas, los **límites** también se establecen mediante el diálogo y la participación de ambas partes, niño y adulto, siendo este último el responsable de que se establezcan de manera coherente y explicando en todo momento el sentido e importancia de fijarlos (Payne y Siegel, 2014).

Junto con las pautas y los límites, las **rutinas** es otro de los elementos destacables que componen la Disciplina Positiva. Gracias al establecimiento de rutinas, también de manera consensuada, el niño se hace responsable de sus propias tareas y actividades, favoreciendo al mismo tiempo la reducción de conflictos.

Estos tres componentes presentes en la Disciplina Positiva hacen que esta sea una metodología candidata a ser aplicada en los hogares o colegios de niños con **Trastorno del Espectro Autista**, ya que estos necesitan una gran estabilidad y predictibilidad de horarios (Asociación Americana de Psiquiatría, 2013).

Otra de las estrategias propias de esta disciplina es la **capacitación** y el **aliento**. En todo momento se pretende dar valor a las fortalezas individuales del niño. Se pretende fomentar su locus interno invitando a la motivación interna a seguir esforzándose. Todo esto es reforzado con mensajes verbales y no verbales libres de comparaciones o juicios. El único objetivo es infundir ánimo y reconocimiento al niño. En consecuencia, la autoimagen, autoconcepto y confianza en las propias capacidades del niño se ven reforzadas y apoyadas favoreciendo así la **autoestima** del pequeño (Duffy et al, 2014). Tal y como afirma el **efecto Pigmalión** (Macias, 2021), la transferencia de autoestima y autoconcepto del adulto al niño ayuda a que este encuentre la mejor versión de sí mismo. Esta estrategia no solo es beneficiosa para todos los niños, sino que además es muy recomendable para aquellos que debido a sus **dificultades específicas de aprendizaje** tienen afectada su autoestima (García Rasero, 2020). Es por ello por lo que la Disciplina Positiva podría aplicarse con buenos resultados a este colectivo.

La última de las características que resaltar de esta metodología es que está enfocada hacia el **futuro**, no al pasado. La Disciplina Positiva no se estanca en el problema y busca que el niño sea castigado por sus actos (tal y como ya he mencionado), sino

que está enfocado en **soluciones**, para así poder aprender de los errores y prevenir que ocurra de nuevo (Nelsen, 2007).

No obstante, pese a ser una metodología que cuenta cada vez con más seguidores dentro del mundo de la educación y de los hogares, la Disciplina Positiva ha sido objetivo de varias **críticas** y se han establecido una serie de **mitos** entorno a ella.

Una de las críticas más comunes es la que sostiene que la Disciplina Positiva fomenta actitudes caprichosas y arrogantes, criando así niños “**maleducados**”. Sin embargo, la Disciplina Positiva, como ya he mencionado anteriormente, tiene por una de sus características principales el establecimiento de límites y pautas acordadas (López Iglesias, 2021), evitando así en todo momento ese libertinaje del que se acusa a este modelo educativo.

Otro de los argumentos en contra de la Disciplina Positiva es que para poder aplicarla el adulto ha de contar con unas características específicas en su personalidad (Cuesta, 2021). Se les tacha en ocasiones de tener un **carácter débil** y demasiado calmado o contemplativo. La realidad es que no hay ningún requisito para poder comenzar con la Disciplina Positiva, tan solo hay que querer iniciarse en ese cambio de perspectiva que comentaba Marisa Moya (Martitegui, 2021).

La que podría considerarse la tercera de las críticas es que la Disciplina Positiva es **difícil de poner en práctica**. Se podría afirmar que esta crítica puede ser cierta en alguna manera. La Disciplina Positiva puede llegar a ser algo complicada, o más bien, costosa de aplicar, sin embargo nadie ha afirmado que criar y educar a niños sea una tarea sencilla. El camino fácil no siempre es el mejor.

La última crítica a la que me gustaría hacer mención es la **mano dura** y disciplina que, supuestamente, le falta a esta metodología. La Disciplina Positiva defiende que utilizar el miedo como condicionante no es algo recomendable, así solo conseguiremos desarrollar en el niño una desconfianza fundamentada hacia el adulto. La Disciplina Positiva no hace uso de amenazas, chantajes o humillaciones, sino que utiliza límites, normas y educa en la responsabilidad, no en la obediencia, para así reforzar la autoestima del niño y fortalecer su vínculo con el adulto (López Iglesias, 2021; Cuesta 2021).

Podemos comprobar que la Disciplina Positiva es un método fundamentado capaz de justificar cada una de las decisiones, estrategias y teorías que defiende.

Más allá de esto, uno de los rasgos fundamentales de esta metodología es la relevancia de conocer al niño, sus intereses y motivaciones, su carácter, y sobre todo el **momento evolutivo** en el que se encuentra, ya que este determina muchos de los rasgos del comportamiento y las limitaciones de comprensión que pueden existir.

A continuación, se profundizará en el desarrollo evolutivo que presentan los niños de la etapa de infantil en diferentes áreas relevantes a tener en cuenta a la hora de aplicar la Disciplina Positiva.

2.2. CARACTERÍSTICAS EVOLUTIVAS DE LOS NIÑOS DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

El comportamiento y la conducta están directamente relacionados con el momento evolutivo en el que se encuentra la persona. Cada etapa vital está ligada a específicos rasgos, cambios, o incluso actitudes.

La infancia es la etapa evolutiva por excelencia. En ella suceden los aprendizajes más importantes y básicos, como pueden ser la adquisición del lenguaje, de destrezas psicomotoras, de habilidades sociales elementales...

Esta propuesta de proyecto de innovación está dirigida a familias con menores en la etapa de educación infantil de segundo ciclo, es decir, de tres a seis años, por lo que se detallarán a continuación las características evolutivas de los niños de esta etapa en las áreas de: desarrollo cognitivo, desarrollo lingüístico, desarrollo afectivo social, y desarrollo moral.

Ha de tenerse en cuenta que estos rasgos han sido establecidos de manera general por expertos en la materia y son una guía y orientación, sin embargo, cada niño tiene su ritmo y ha de ser respetado. Que el menor no cumpla estrictamente con los baremos indicados no ha de concebirse como un signo de alerta. Dasen (1994) indica que el nivel de desarrollo evolutivo en las diferentes áreas no depende solo de la maduración, sino que también lo hace de los factores ambientales y culturales.

En cuanto al **desarrollo cognitivo**, Piaget (1992) desarrolla la teoría de los diferentes estadios que la persona va atravesando. Los niños de la etapa de infantil se encuentran en la **fase preoperacional**, que comprende las edades entre dos y siete años.

El nombre de esta fase se fundamenta en que el niño aún no es capaz de utilizar la lógica con el propósito de realizar operaciones con ella (cambiar, combinar, separar o transformar ideas). Aún no usa la lógica de forma eficiente, aunque poco a poco su pensamiento va siendo más coherente y lógico.

Este mismo estadio queda subdividido en dos. El primero, preconceptual o simbólico (dos-cuatro años), se caracteriza por la utilización de imágenes concretas para entender el mundo. Es por ello, tal y como se ha mencionado antes, que es muy importante que el niño encuentre en el adulto el modelado de las actitudes, habilidades o competencias que se pretende que adquiera. Cuando el niño observa cómo su persona de referencia es empático, educado, comunica sus emociones etc., el niño guarda esa imagen concreta y consigue aprender conceptos tan abstractos.

El segundo subestadio es el intuitivo o conceptual (cuatro-siete años), en el que el niño comienza a generalizar las percepciones inmediatas debido a que puede interiorizar el significado de estas.

Se pueden destacar seis características básicas por las que queda definida esta fase preoperacional.

En primer lugar, una de las dificultades a nivel cognitivo que presenta esta etapa es la irreversibilidad, es decir, la incapacidad de invertir la direccionalidad, hasta llegar al punto de partida, de una secuencia de acciones ya realizadas.

Al mismo tiempo, la atención que presentan es completamente selectiva, no dan respuesta a diferentes estímulos a la vez, sino que concentran su atención en uno. A esto se le denomina centralización.

Por otro lado, los niños pretenden dar respuesta al origen de todas las cosas (edificios, animales, nubes, lluvia...) llegando al principio de artificialismo por el que creen que todo es fruto de la obra del ser humano. Esto demuestra que existe un interés por conocer su entorno, y que además no comprende del todo cómo funciona este.

En relación con esta última característica, los niños de esta edad piensan que los seres inanimados tienen sentimientos e intenciones humanas (animismo).

Además, su pensamiento aún es egocéntrico, que no es lo mismo que egoísta. El niño aún no es capaz de plantear la posibilidad de que exista un punto de vista ajeno al suyo. Este rasgo se debe tener muy en cuenta en la resolución de conflictos. De forma

natural el niño no va a razonar que es viable que exista otra verdad o realidad diferente a la que él sostiene. Por ello, el adulto ha de verbalizarle, explicarle y presentarle el otro posible punto de vista, para ir, poco a poco, reconduciendo ese egocentrismo, tal y como defiende la Disciplina Positiva.

Finalmente, los niños de estas edades ya comienzan a elaborar representaciones simbólicas que les ayudan a comprender su entorno. Hacen uso de imágenes internas, pueden manejar esquemas, usar símbolos... Todo ello facilita el desarrollo de una conciencia propia. Una de las herramientas esenciales para llevar a cabo esta simbolización es el lenguaje.

El **lenguaje** de los niños de la etapa de infantil se caracteriza, a nivel expresivo, por el desarrollo explosivo propio de esta edad. Además, es en este momento cuando consiguen adquirir prácticamente al completo la producción de los distintos fonemas y la discriminación de estos (Peralta, 2000).

Poco a poco, las oraciones que elaboren serán más complejas y largas, siendo incluso capaces de unir las mediante conjunciones.

También dominan los tiempos verbales del pasado e imperativo, y utilizan partículas interrogativas.

Así mismo, empiezan a comunicar sus emociones y desaparece el fenómeno de sobreextensión (Pérez y Salmerón, 2006).

En cuanto a la comprensión del lenguaje, esta es mucho mayor que en la etapa anterior, llegando incluso a comprender descriptores más abstractos como “guapo/feo” “cerca/lejos”...

Además, son capaces de responder a preguntas y desaparece la ecolalia propia de la fase anterior.

Se debe tener en cuenta que los niños en estas edades no comprenden mensajes puramente abstractos, estos siempre deben ser acompañados de ejemplos, de imágenes o de símbolos. No podemos pretender que un niño comprenda lo que es “portarse bien”, concepto bastante abstracto, si no se le detalla bien en qué consiste con ejemplos concretos que demuestren lo que es portarse bien (esperar el turno para hablar, no pegar a un compañero, no corretear...).

A nivel **afectivo-social**, las figuras de apego siguen siendo claves en este momento, aunque pueden llegar a aumentarse, ya que, en muchas ocasiones, comienza en esta época su etapa escolar y aparecen figuras como la del profesor.

El niño busca agradar a sus personas de referencia y llega incluso a desarrollar conductas imitativas de dichas figuras. Es por ello, como se ha comentado con anterioridad, que es importante que el adulto cuide su propio comportamiento, ya que el niño aprenderá gracias a la imitación.

Además, comienza a comprender los matices más complejos de la expresión afectiva, tanto a nivel verbal como no verbal.

Es en este momento, y gracias a su escolarización, cuando comienza a relacionarse con iguales. Sin embargo, se puede observar que el juego sucede en paralelo (Garvey, 1985), es decir, los niños juegan unos al lado de los otros pero de forma individual, sin compartir ni interactuar. Aún así, también se da el juego simbólico, en el que ya interactúan con el objetivo de imitar escenarios de la vida real o dejar volar la imaginación. Gracias a este tipo de juego podemos comprobar qué visión tienen de los mayores cuando simulan ser uno de ellos. Los niños pueden reflejar, en forma de juego, actitudes o hábitos comunes poco deseables propios de los adultos. Una vez más, es en el adulto en el que tiene que comenzar el cambio para que este se traslade al niño gracias a la imitación (Martitegui, 2021).

Por último, atendiendo a la teoría del **desarrollo moral** de Kohlberg (1992), los niños de educación infantil se encuentran en la primera de las etapas, la denominada de **moral preconvencional**. Al encontrarse en esta etapa, los niños actúan en función de los controles externos y su juicio viene determinado por sus necesidades y percepciones. Se ve reflejado aquí ese pensamiento egocéntrico que señalaba Piaget (1992).

Esta etapa se divide a su vez en dos estadios entre los que se encuentran los niños de infantil. En el primero de ellos, orientación hacia el castigo y la obediencia, las reglas se cumplen con el propósito de evitar represalias. No existe una autonomía, sino más bien una dependencia del juicio del adulto, siendo las causas externas las que determinan la manera adecuada de actuar.

El segundo estadio, hedonismo ingenuo, se caracteriza por la importancia de lo material: premios y castigos. Los juicios morales se ven influidos por las necesidades individuales.

La Disciplina Positiva, lo que pretende es conseguir desligar los juicios morales del niño del miedo ligado al castigo o la toma de decisiones por posibles premios. Busca desarrollar en el niño empatía, inteligencia emocional y responsabilidad moral.

Una vez aclarados los detalles de la metodología protagonista de la propuesta y las características evolutivas de los protagonistas, ambos aspectos aterrizan en la escuela y encuentran su utilidad en la relación entre el centro escolar y la familia en forma de escuela de familias.

En el siguiente apartado se detallan la importancia y características de dicha relación.

2.3. ESCUELA DE FAMILIAS

Mientras que los maestros tenemos la oportunidad de aprender a llevar a cabo nuestra labor educativa, las familias no tienen esa suerte. Los padres no reciben una formación para saber cómo se educa a un hijo, qué se debe hacer, cómo se debe actuar etc.

Es esencial ayudar a las familias a ser conscientes de la trascendencia de su labor educativa y apoyarles desde el centro educativo en esa tarea (Cano y Casado, 2015). Es por ello por lo que se necesitan fuertes y amplias redes de comunicación y colaboración entre la escuela y la familia. Es necesario que el niño perciba ambos espacios, el colegio y el hogar, como diferentes pero complementarios (Cabrera Muñoz, 2009). Si la educación que recibe el niño en los dos lugares es contradictoria, entonces, será más complicado conseguir el desarrollo integral del menor.

La escuela de familias es ese espacio de información pero también de formación y reflexión que existe con el objetivo de ayudar, guiar y apoyar en ese papel que han de desempeñar los familiares como elementos imprescindibles en la educación de los niños, estando en conexión con el colegio (Herrera Salas et al, 1992; Fresnillo Poza et al, 2000). Las familias no solo necesitan información, actualmente hay múltiples métodos para informarse, lo que más requieren es formación (Bautista, 2014).

Los beneficios de este tipo de colaboraciones repercuten tanto en las familias y en los maestros, como en los protagonistas y nexo de estos dos, los niños.

El éxito escolar del niño podrá asegurarse cuanta mayor sea la participación e implicación de su familia en las actividades escolares. (Hidalgo et al, 2004).

Así mismo, gracias a esta participación, la confianza entre las dos partes implicadas (familia y escuela) será mucho mayor (Fernández Santos, 2010), llegando a conseguir una mayor transparencia en el trabajo de ambas.

Por otro lado, Bronfenbrenner (1974) hace un apunte muy importante: la familia es el colectivo idóneo y más eficaz para fomentar y sostener el desarrollo íntegro del niño, por lo que es esencial su participación en la escuela si queremos conseguir el éxito.

Por su parte, Moya (2020), experta en Disciplina Positiva, defiende que esta alianza no es importante, sino que es imprescindible. El hogar y la escuela no pueden convertirse bajo ningún concepto en compartimentos estanco. Los niños necesitan entornos coherentes para poder aprender.

En esta colaboración, Moya (2020) señala que es fundamental que las familias perciban que su participación es estimada, significativa y valiosa. Además, las familias han de colaborar de manera activa, participativa y contribuyendo, no siendo meros espectadores.

Tal y como se ha explicado, esta escuela de familias pretende incorporar en su programa la Disciplina Positiva con el objetivo de dar respuesta a las nuevas necesidades sociales. Lo fundamental, en el paradigma escolar actual, está dejando de ser los contenidos puramente académicos (matemáticas, ciencias, idiomas...). Ahora lo fundamental, tal y como explica Bautista (2014), es la educación en competencias y habilidades personales y sociales, aprendizajes que la Disciplina Positiva busca que los niños adquieran. Es por ello por lo que considero que esta propuesta no solo es coherente, sino que también responde a las demandas sociales actuales.

Por último, se pueden encontrar en el marco legislativo referencias sobre el papel que han de desempeñar la familias.

La LOE (2006) en su preámbulo señala que la responsabilidad del éxito escolar también recae sobre las familias. Es por ello por lo que se deberá establecer una colaboración estrecha entre esta y la escuela.

Por su parte, la LOMCE (2013), en la segunda parte de su preámbulo, también indica la necesidad de establecer canales y hábitos que restauren las relaciones entre la escuela y la familia. Además, el sistema educativo deberá contar con la participación de las familias en su desempeño de la labor educativa. Las familias son el primer agente educativo y también son agentes que intervienen en la transformación de la educación.

En último lugar, la LOMLOE (2020) vuelve a resaltar la responsabilidad que poseen las familias sobre el éxito escolar de los alumnos y la relevancia de impulsar la colaboración con la familia y el entorno del niño. Así mismo, el centro debe establecer redes de comunicación y colaboración con las familias así como incorporar en el proyecto educativo actividades que involucren a las familias.

Por todo esto, la escuela de familias es un servicio esencial que favorecerá la relación familia y escuela, y que mejorará la experiencia educativa del niño.

3. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

3.1. OBJETIVOS CONCRETOS QUE PERSIGUE LA PROPUESTA

El objetivo general de este trabajo es desarrollar una propuesta de escuela de familias centrada en la Disciplina Positiva.

A su vez, este programa cuenta con una serie de objetivos específicos:

- Dar a conocer a las familias una de las metodologías propias del centro.
- Fomentar la colaboración familia y escuela.
- Promover un estilo de crianza unificado en el hogar y en el colegio.
- Dotar de herramientas a las familias para educar y criar a los estudiantes.

3.2. CONTEXTO EN EL QUE PODRÍA APLICARSE LA PROPUESTA

Esta propuesta de proyecto de innovación no se llevará a la práctica en ningún centro educativo específico, sin embargo podrá llegar a aplicarse en cualquier centro, sin importar su titularidad, siempre y cuando este cuente con una serie de recursos que se especifican a continuación:

- Que el colegio siga y utilice la Disciplina Positiva en sus aulas como una de las metodologías educativas principales.
- Que el centro tenga la etapa de educación infantil.
- Contar con una oferta de escuela de familias ya vigente en el centro, o que esté dispuesto a ofertarla.
- Disponer de los medios suficientes para ofrecer el servicio de guardería para aquellos niños cuyas familias asistan a la formación.
- Tener a una profesora o profesor certificado en Disciplina Positiva que dirija y lleve a cabo las sesiones de la formación.
- Disponer de un espacio en el que realizar la escuela de familias.

3.3. METODOLOGÍA Y RECURSOS

La metodología de esta pequeña formación ha sido seleccionada para que los objetivos de la propuesta puedan ser alcanzados de una manera sencilla, coherente, natural y directa. Para ello se divide la metodología en dos tipologías diferentes.

En primer lugar, una exposición teórica del contenido que, en todo momento, será breve, clara y concisa. Además, siempre estarán acompañadas de ejemplos, ilustraciones o metáforas que faciliten la concretización de los conceptos más abstractos o complejos. Se busca que las familias adquieran los conocimientos claves relativos a la Disciplina Positiva. No es una formación que conlleve una elevada profundización en la materia ni una certificación oficial, sino que se centra en lo esencial de manera superficial para iniciar a las familias en la práctica de la Disciplina Positiva.

En segundo lugar, se pretende que la escuela de familias sea una experiencia completa y vivenciada para las participantes. Es por ello por lo que gran peso de la metodología de la formación es de carácter dinámico, participativo e invita a la reflexión. Algunas de las actividades tipo presentes en las sesiones son: juego de roles, la compartición de experiencias que enriquezcan los aprendizajes (siendo muy importante el aprendizaje entre iguales y gracias a iguales), reflexiones individuales sobre realidades en el propio hogar, diseño de la puesta en práctica de algunos conceptos, análisis de casos reales etc.

Esta propuesta de escuela de familias pretende que los contenidos se aborden desde la experiencia y realidad de cada una de las familias. Gracias a las actividades que se realizan en las diferentes sesiones, esta formación será una experiencia única para cada participante, ya que la reflexión será del todo personal.

Se pretende que todo el contenido teórico abordado en las sesiones y sus consiguientes actividades inviten a las familias a llevar a la práctica en su hogar las herramientas presentadas. Por ende, las explicaciones y actividades están diseñadas para que los participantes sepan cómo aplicar todo lo aprendido. En resumen, se persigue que la formación encuentre su realidad funcional en el hogar.

Más allá de esto, la persona responsable de impartir la formación es percibida como un mero guía de las familias, que facilita ciertas herramientas y estrategias, además de aconsejar y acompañar a los participantes a lo largo de la formación.

Los protagonistas de esta formación, y por tanto donde debe de colocarse el foco de atención son, por un lado, los niños, elemento vinculante de las partes que participan en la escuela de familias (los docentes y la familias). Por otro lado, la necesidad y relevancia de la cooperación entre la escuela y la familia.

Así mismo, puesto que el formador es el que posee los conocimientos teóricos y prácticos, este también será un modelo de aplicación de la Disciplina Positiva y una persona de referencia a la que acudir en caso de dudas o de solicitud de material complementario para ampliar lo mencionado en alguna sesión.

En cuanto a los recursos y materiales necesarios para poner en práctica esta propuesta de escuela de familias se encuentran recogidos en la siguiente tabla así como especificados en todas las actividades de cada sesión en el [apartado 3.5](#) de este trabajo.

S	MATERIAL FÍSICO	MATERIAL ONLINE	PÁGS. MANUAL
0	<ul style="list-style-type: none"> Inscripción (en papel) 	<ul style="list-style-type: none"> Inscripción (de manera digital) Formulario de evaluación inicial. 	No procede
1	<ul style="list-style-type: none"> Pelota pequeña. Bolígrafos y rotuladores. Ordenador y proyector. Págs. 4, 5 y 6 del manual impresas en tamaño A2. 	<ul style="list-style-type: none"> Presentación digital de los orígenes de la Disciplina Positiva. 	1 - 5
2	<ul style="list-style-type: none"> Bolígrafos Ordenador y proyector. Modelo tabla de rutinas. Mensajes act. 2 Tablón de colaboradores de algún aula. Modelo tabla de rutinas. Cartel de pautas acordadas de una clase. 	<ul style="list-style-type: none"> Vídeo el cerebro en la palma de la mano. Plantilla tabla de rutinas. 	6 - 13
3	<ul style="list-style-type: none"> Bolígrafos. Casos prácticos act. 1 Fotocopia tabla de metas equivocadas 	No procede	14 - 16
4	<ul style="list-style-type: none"> Bolígrafos. Partes de la reunión de familia en trozos de papel. 	No procede	17
5	<ul style="list-style-type: none"> Bolígrafos. Ordenador y proyector. 	<ul style="list-style-type: none"> Vídeo acompañamiento de rabinetas. 	18 - 21
6	<ul style="list-style-type: none"> Bolígrafos. 	<ul style="list-style-type: none"> Vídeo validar emociones. 	22 - 26
7	<ul style="list-style-type: none"> Ordenador y proyector. Diploma de participación. 	<ul style="list-style-type: none"> Padlet (muro de dudas) Formulario de evaluación final. 	27

Además, se creará un padlet o muro online en el que las familias puedan dejar por escrito las dudas que les vayan surgiendo. En este mismo portal los organizadores responderán a dichas dudas. De esta forma, todas las familias podrán aprender de las preguntas que se vayan planteando. Además, se busca que esta interacción sea ágil y directa para que los problemas de los participantes no tengan que esperar a ser resueltos hasta la próxima reunión convocada. En este recurso también podrán compartir sus experiencias, resultados y anécdotas a la hora de poner en práctica lo aprendido.



En el siguiente código QR o enlace se podrá acceder al muro online:

<https://padlet.com/disciplinapositivaPalomaRivadelaHoz/DISCIPLINAPOSITIVA>

Por último, cada uno de los componentes del grupo recibirá el manual de la formación. En él encontrarán todo el material que se vaya a utilizar durante las sesiones: el cronograma, explicaciones teóricas, cuestiones a responder, ilustraciones, reflexiones guiadas...

Dicho manual está incluido al completo en el [Anexo 1](#) de esta propuesta de innovación para poder ser consultado.

3.4. CRONOGRAMA DE APLICACIÓN

La escuela de familias que plantea esta propuesta se implementaría a lo largo de cuatro meses de un curso académico, de septiembre a diciembre, coincidiendo así con el comienzo del curso escolar, lo que facilitaría que las nuevas familias de la comunidad educativa puedan conocer en el primer trimestre una de las metodologías principales del colegio. Con esta escuela de familias se pretende formar, informar y dotar de herramientas a los familiares de los alumnos, pero no solo de la Disciplina Positiva, sino de muchas otras cuestiones más. Es por ello por lo que la Disciplina Positiva no acapara la duración completa de esta formación que ofrece el centro, ya que también se espera abordar otros posibles temas como:

- El duelo en la infancia.
- La educación en valores en el hogar.
- ¿Cómo ayudar al alumno en sus hábitos de estudio?
- Alimentación.
- Hábitos y trastornos del sueño.

Las sesiones de formación con las familias se realizarían de manera quincenal, teniendo cada una de estas una duración aproximada de una hora, a excepción de la segunda sesión cuya duración será de hora y media.

Las reuniones se llevarán a cabo en dos posibles horarios: de mañana, antes de que comiencen el horario lectivo (8:15 - 9:15), o de tarde, al terminar la jornada escolar (17: 15 - 18:15). En ambas ocasiones el centro prestará servicio de cuidado de los menores de las familias que asistan a la formación. En el caso de que el número de asistentes a una de las franjas horarias sea muy reducido será decisión del centro llevar a cabo la formación en dicho momento o limitarla a la otra opción.

Todas estas decisiones se han tomado para facilitar la participación del mayor número de familias y que el horario no sea un inconveniente para acceder a esta formación.

En la siguiente tabla se muestra un resumen de las sesiones que conforman la formación, así como su duración y el contenido en cada una de ellas. Todas fechas son aproximadas y basándose en el calendario del curso académico 2022-2023.

Se llevará a cabo una votación para seleccionar el día de la semana en el que realizar las sesiones.

Para la tabla se ha presupuesto que el día seleccionado fueron los jueves.

Sesión	Día	Duración	Contenido
0	6 de septiembre	10 días	<ul style="list-style-type: none"> - Inscripción a la formación - Selección del horario más adecuado a su disponibilidad - Votación del día de la semana en el que se llevarán a cabo las sesiones - Evaluación inicial
1	22 de septiembre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación - Exposición de la organización del contenido de la formación - Orígenes de la Disciplina Positiva - Las 3 listas
2	6 de octubre	1h 30'	<ul style="list-style-type: none"> - Cerebro en la palma de la mano - Neuronas espejo - Lista de colaboradores - Planificador de rutinas - Pautas acordadas
3	20 de octubre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Identificación de antecedentes - Definición concreta de la conducta - Tabla de metas equivocadas
4	3 de noviembre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Reuniones de familia
5	17 de noviembre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Acompañamiento en las rabietas - Tiempo fuera en positivo - Preguntar vs Decir - Molestias y deseos
6	1 de diciembre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Validar las emociones - Alentar - Refuerzo verbal - Cómo corregir el error
7	15 de diciembre	1h	<ul style="list-style-type: none"> - Lista de carrera de fondo - Resolución de dudas - Evaluación final - Despedida

El contenido de toda la formación ha sido organizado teniendo en cuenta cómo se relacionan los temas a tratar. Estos mismos han sido secuenciados de manera que los conceptos más básicos e importantes, a la hora de implementar la Disciplina Positiva en el hogar, se aborden en las primeras sesiones, con el propósito de que las familias puedan empezar a aplicar lo aprendido en esta propuesta de manera inmediata. La propuesta está planteada como un aprendizaje secuenciado en el que los nuevos conocimientos y conceptos puedan vincularse con lo anteriormente aprendido, para concebir todo como algo conexo, coherente y justificado.

3.5. ACTIVIDADES

Para la aplicación de esta propuesta de innovación y por ende la puesta en práctica de sus actividades se presupone que las personas encargadas de guiar las sesiones tienen los conocimientos y la experiencia suficiente como para trasladar dichos contenidos a otros miembros de la comunidad educativa. Es por ello por lo que en las actividades que a continuación se exponen no se recogen contenidos teóricos, sino que, más bien, se expone una secuenciación coherente y premeditada de estos así como el planteamiento de pequeñas reflexiones, participaciones o ejercicios prácticos que realizar con los participantes de la escuela de familias.

Aún así, los contenidos teóricos pueden encontrarse de forma resumida en el manual que se les entrega a los asistentes a la formación, por lo que siempre puede estar disponible para consulta para los organizadores de la escuela de familias.

» **Sesión 0:** (del 6 de septiembre al 16 de septiembre)

He querido denominar “sesión 0” al proceso previo al comienzo de las sesiones de formación. Esta tendrá una duración aproximada de 10 días, tiempo del que dispondrán las familias para inscribirse a la formación. Dicha inscripción se realizará bien de manera digital, en el caso de que el colegio cuente con esa posibilidad, o bien completando una matriculación en papel otorgada por el centro. Además, en esta preinscripción se les planteará a los participantes una serie de preguntas sobre Disciplina Positiva para conocer así sus conocimientos previos. Los objetivos y la estructura de dicho cuestionario están detallados en el [apartado 3.6.](#) de este proyecto, correspondiente a la evaluación de la propuesta.

Asimismo, en este periodo las familias indicarán sus preferencias en cuanto a franja horaria y día de la semana, para así establecer un calendario de reuniones ajustado a su demanda.

Al terminar el plazo de inscripción, se observarán las votaciones de las familias y se les informará del día en el que la escuela de familias se llevará a cabo. En cuanto al horario, como se ha indicado en el apartado anterior, si el número de familias es similar, la formación se realizará en ambos horarios; sin embargo, si el grupo resultante para una de las opciones es muy reducido, finalmente, será el equipo

directivo del centro el que decidirá si eliminar la oferta de la formación en dicho horario, o si por el contrario se mantendrá a pesar de la escasa participación.

Por último, en este tiempo, el centro preparará y dejará a punto todos los materiales y recursos necesarios para que el comienzo de la escuela de familias se desarrolle sin ningún problema y en las fechas estimadas.

Duración	10 días
Objetivos	EQUIPO ORGANIZADOR DE LA FORMACIÓN: <ul style="list-style-type: none"> - Informar a las familias sobre la oportunidad de participar en la formación. - Conocer las preferencias de horario y disponibilidad de las familias. - Recibir las inscripciones de las familias. - Descubrir los conocimientos previos de los participantes sobre la metodología.
	FAMILIAS: <ul style="list-style-type: none"> - Completar la inscripción a la escuela de familias. - Realizar la selección de horario. - Votar el día en el que tendrán lugar las sesiones. - Responder al cuestionario de la evaluación inicial.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Inscripción de las familias. • Votación de horario y día de realización de las sesiones.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Inscripción para las familias (ya sea en papel o de manera digital). ○ Formulario de evaluación inicial.

» **Sesión 1:** (22 de septiembre)

ACTIVIDAD 1: PRESENTACIÓN	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Presentar a las personas encargadas de dirigir la escuela de familias. - Conocer a todas las familias que participan en la formación.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de todos los miembros que componen la escuela de familias.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Pelota pequeña
Desarrollo	<p>Para comenzar con la escuela de familias se empezará con una pequeña presentación.</p> <p>Los coordinadores de la escuela de familias serán los primeros en presentarse. Después se presentarán las familias. Se utilizará una pequeña pelota como objeto dinamizador que organizará el turno de palabra.</p> <p>Se podrá invitar a las familias a compartir los siguientes detalles:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cuáles son sus nombres. ▪ Qué les ha motivado a apuntarse a la formación. ▪ Qué relación guardan con el alumno escolarizado en ese centro y qué edad tiene este.

ACTIVIDAD 2: EXPOSICIÓN DEL CRONOGRAMA	
Duración	5 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Compartir con las familias el cronograma general de las sesiones de la escuela de familias destinadas a la formación en Disciplina Positiva. - Descubrir si las familias están familiarizadas con alguno de los contenidos de las sesiones.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Cronograma de la formación. • Contenidos que componen la formación.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Fotocopia del cronograma disponible en la página 1 del manual de la formación (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Presentaremos a las familias el cronograma establecido para la realización de las sesiones. Dicho cronograma será realizado teniendo en cuenta las preferencias que las familias comunicaron en su inscripción y el carácter quincenal de la formación.</p> <p>Además, se les señalará el contenido de cada sesión. Se invitará a las familias a indicar si ya conocen algo del contenido o cuál es la sesión que más les interesa a primera impresión.</p>

ACTIVIDAD 3: ORÍGENES DE LA DISCIPLINA POSITIVA	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Averiguar qué es la Disciplina Positiva. - Saber cuáles son los principales referentes de esta metodología. - Entender los principios de la Disciplina Positiva. - Exponer los beneficios y críticas de la Disciplina Positiva.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de Disciplina Positiva. • Autores más señalados en el campo de la Disciplina Positiva. • Principios de la Disciplina Positiva. • Beneficios y críticas de la Disciplina Positiva.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Página 2 del manual de la formación (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Para comenzar con la formación, se presentará de manera general a las familias lo que es la Disciplina Positiva, centrándose en su definición, autores relevantes, principios y beneficios y críticas de esta metodología. (Parte de esta información estará recogida en la página 2 del manual de la formación, disponible en el Anexo 1 de este trabajo o en el apartado 2.1. de este trabajo)</p> <p>Tras la breve explicación se resolverán dudas y se invitará a los participantes a compartir aquello que más les haya gustado, llamado la atención etc.</p>

ACTIVIDAD 4: LAS 3 LISTAS	
Duración	25 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Ser conscientes de cuál es nuestra realidad en el hogar. - Considerar la realidad como un punto de partida y como una oportunidad. - Identificar las tendencias culturales y los valores propios de la sociedad actual. - Considerar qué quiero inculcar a los pequeños de la casa. - Reflexionar sobre qué espero de mi niño, cómo me gustaría que fuese. - Establecer un destino final, un objetivo, en lo que supone la crianza.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Problemas, conflictos, desafíos y oportunidades de la realidad de nuestra casa. • Tendencias y valores culturales de nuestra sociedad. • Objetivo de nuestra crianza.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Las 3 listas impresas en tamaño A2 (páginas 3, 4 y 5 del manual) ○ Páginas 3, 4 y 5 del manual de la formación (Anexo 1). ○ Bolígrafos y rotuladores
Desarrollo	<p>Para la última actividad de la sesión necesitaremos las tres listas anteriormente nombradas.</p> <p>La primera de las listas será la de problemas y desafíos, en ella las familias escribirán qué cosas funcionan mal en su hogar (ej.: no se respetan las normas, no se siguen las rutinas...) qué cosas quisieran cambiar (ej.: hay muchos gritos, los niños no me obedecen...). Cuando todas las familias la hayan completado compartirán con el grupo lo que escribieron y la persona encargada de la formación rellenará la copia en tamaño A2 de dicha lista para tener así una grupal que refleje todo lo compartido.</p> <p>Una vez hayan compartido todos los participantes y se haya completado la lista grupal, se les explicará a las familias que el contenido de esta lista se debe considerar como el punto de partida y todos esos desafíos no son algo meramente negativo, sino que son oportunidades para propiciar un cambio, aprender y mejorar.</p> <p>A continuación, completarán en su manual la segunda de las lista, la de tendencias y valores culturales. Al igual que en el caso anterior, se elaborará una lista grupal con lo que pongan en común las familias. Con las familias se comentará que el contenido de esta lista les ayudará en todo el proceso de la crianza. Si se tiene bien claro lo que sí se quiere transmitir a los niños y lo que no, su modelo de crianza, su forma de relacionarnos con los pequeños y su forma de actuar deberá ser coherente con lo expuesto en la lista.</p> <p>Por último, las familias completarán la tercera de las listas, la lista del futuro, la correspondiente a cómo esperan o qué esperan que esos niños, por los que han venido a la formación, sean en 15 años. Lo habitual es que esta lista quede rellena con aspectos vinculados a la personalidad y no tanto al ámbito académico, por lo tanto, tras la puesta en común y la elaboración de la lista grupal, se comentará con los participantes que esta lista es su horizonte, su objetivo. Además se reflexionará sobre el importante papel que tiene la familia en la crianza y educación de los menores. En el colegio a parte del ámbito académico educamos también en valores, pero el hogar tiene que ser el principal entorno en el que el niño se desarrolle como persona. Así se les comunicará el origen de esta formación, que no es otro que la necesidad de que el hogar y la escuela vayan en comunión en cuanto a transmitir valores se refiere y colaboren en el desarrollo íntegro de todos y cada uno de los niños.</p>

» **Sesión 2:** (6 de octubre)

Antes de empezar con las actividades, en los primeros cinco minutos se recordará lo que se hizo en la sesión anterior.

ACTIVIDAD 1: EL CEREBRO EN LA PALMA DE LA MANO	
Duración	20 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Situar las estructuras básicas del cerebro. - Reflexionar sobre sus propios hábitos de conducta. - Comparar el cerebro en estado integrado con su estado desintegrado. - Descubrir y pensar herramientas para controlar sus conductas más impulsivas.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Estructuras básicas del cerebro. • Diferencias entre cerebro integrado y desintegrado y sus consecuencias.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=Y9EA4jr1UJM (Construye T, 2018) ○ Páginas 6 y 7 del manual (explicación teórica) (Anexo 1). ○ Página 8 del manual (para anotación de ideas) (Anexo 1).
Desarrollo	<p>En esta primera actividad las familias conocerán la morfología básica del cerebro. Para ello se proyectará un vídeo que resume de manera muy visual el contenido a tratar. Tras su visualización entre todos los participantes resumirán lo aprendido, demostrando así que lo han comprendido.</p> <p>Este vídeo pretende explicar las partes del cerebro y su función asemejando dichas partes con las de una mano. Toda esta información también la encontrarán en las páginas 6 y 7 del manual de la formación (Anexo 1 de este trabajo).</p> <p>A continuación, se invitará a las familias a reflexionar sobre cuáles son sus respuestas más comunes cuando su cerebro está desintegrado, es decir, cuando el córtex cerebral se desactiva y su sistema límbico toma el control. Ej.: si tienden a gritar, a llorar, castigar, o incluso agredir físicamente (podrán anotarlo todo en la página 8 de su manual).</p> <p>Por último, todos juntos buscarán pequeñas herramientas para volver a integrar su cerebro, es decir, para volver a ceder el control a su córtex cerebral para que su sistema límbico esté dominado. Todas las ideas podrán anotarlas en la página 8 del manual. A estos pequeños consejos son a los que se deberán acudir para así no perder los nervios en esos momentos de tensión, de desafíos o problemas en el hogar.</p>

ACTIVIDAD 2: NEURONAS ESPEJO	
Duración	20 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar lo que son las neuronas espejo. - Vivenciar cómo funcionan las neuronas espejo. - Identificar situaciones en las que las neuronas espejo hayan intervenido en su día a día.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Las neuronas espejo, su papel e importancia en la crianza de los niños.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 9 del manual (explicación teórica) (Anexo 1). ○ Mensajes Anexo 3

Desarrollo	<p>Se organizará a los asistentes a la sesión en parejas, y les asignaremos el rol de adulto o de niño. A cada “adulto” le entregaremos en un papel un mensaje que tiene que transmitir a su “niño” y la actitud, modo o tono con la que debe dirigirse al niño para comunicarle lo indicado. (Los mensajes a transmitir se encuentran en el Anexo 3). Se les dará libertad para añadir cualquier palabra, gesto o expresión fácil que acompañe o complete el mensaje.</p> <p>Después preguntaremos a los “niños” cómo se han sentido, cómo querían responder a esos “adultos”. Comprobaremos que aquellos “niños” a los que los adultos les habían hablado a gritos, de malas maneras, con desprecio etc. les nacía la necesidad de responder de la misma forma, mientras que a aquellos a los que se dirigieron de manera amable, respetuosa, con un tono adecuado, querían contestar con los mismos modales.</p> <p>A continuación, se preguntará a las familias si saben qué son las neuronas espejo o si pueden intuir cuál es su funcionamiento. Después de la lluvia de ideas y que las familias expongan sus ideas previas al respecto se les explicará de manera breve qué son las neuronas espejo y cuál es su papel en la educación en el hogar (página 10 del manual).</p> <p>Por último, se les invitará a reflexionar y compartir alguna situación que hayan vivido y que ahora sean conscientes de que las neuronas espejo han influido en el comportamiento de sus niños.</p>
------------	---

ACTIVIDAD 3: LISTA DE COLABORADORES	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> – Descubrir el concepto de colaborador. – Observar cómo se implementa el sistema de colaboradores en el centro. – Identificar posibles opciones de colaborar en casa. – Elaborar una lista de colaboradores de cada hogar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • El sistema de colaboradores.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Tablón colaboradores de al menos un aula. ○ Páginas 10 y 11 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se comenzará enseñando a las familias alguno de los ejemplos de tabloneros de colaboradores que tenemos en algún aula al que pertenezcan los niños de las familias participantes en esta formación.</p> <p>Este tablón de colaboradores muestra las distintas tareas que existen en el aula (ej.: encargado de actualizar el franelograma de la asamblea, el administrador del gel hidroalcohólico, el responsable de borrar la pizarra...). De esta forma podrán ver de forma concreta cómo se aplica el concepto de “colaboradores” en el centro.</p> <p>Es esencial explicar a las familias la importancia de esta práctica, que no es otra que hacer partícipes a los menores de las actividades diarias del día a día en el colegio, o en su caso en el hogar. De esta forma se conseguirá que se comprometan más con su rol en la clase, que adquieran cierta responsabilidad, que se sientan tenidos en cuenta, que sean protagonistas en ciertos momentos y que se les dote de un sentido de importancia.</p> <p>Además, se deberá de recalcar que las funciones de colaboradores deberán ser elegidas en un primer momento por los niños, teniendo siempre en cuenta su nivel de autonomía y capacidad. Aún así, dichas funciones deberán rotar con cierta</p>

	<p>regularidad (dejando el tiempo suficiente de aprender a realizar bien dicha tarea), dejando así que los niños aprenden a realizar distintas tareas y adquieran diversas responsabilidades.</p> <p>Esta lista de tareas para colaborar en el hogar puede ser modificada o aumentada en función a medida que ciertas responsabilidades sean adquiridas como hábitos propios y no percibidas como una tarea ajena a realizar.</p> <p>Por último, invitaremos a las familias a pensar en posibles tareas de colaboradores en su hogar y dejarlo por escrito en la página 11 del manual.</p>
--	--

ACTIVIDAD 4: TABLA DE RUTINAS	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Explicar qué son las rutinas y porqué son importantes. - Mostrar una tabla de rutinas. - Averiguar cómo se crea una tabla de rutinas. - Proponer un modelo de tabla de rutinas.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Rutinas. • Tabla de rutinas.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Modelo de tabla de rutinas. o Documento descargable para crear una tabla de rutinas (Anexo 4 o en el padlet: https://padlet.com/disciplinapositivaPalomaRivadelaHoz/DISCIPLINAPPOSITIVA). o Página 12 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se comenzará pidiendo a los participantes que definan qué es una rutina. A continuación, se completará, corregirá o validará dicha definición. Además, se explicará la importancia que cobran las rutinas en la vida de los más pequeños (dicha explicación se encontrará recogida en la página 12 del manual).</p> <p>Después, se mostrará una tabla de rutinas y se explicará su funcionamiento y utilidad en el hogar.</p> <p>Por último, se les invitará a crear una tabla de rutinas para cada menor de la familia. Para ello se les facilitará una plantilla rellenable con la que poder construirla. Se les dará una copia física y además tendrán en el padlet de la formación la plantilla en un documento descargable y listo para imprimir con instrucciones incluidas. Dicho documento puede ser consultado en el Anexo 4 de este trabajo o en una de las entradas del padlet.</p>

ACTIVIDAD 5: PAUTAS ACORDADAS	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Diferenciar pautas de reglas. - Descubrir la relevancia de las pautas. - Definir las pautas que desean establecer en su hogar.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Pautas acordadas.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Página 13 del manual (Anexo 1). o Ejemplo de cartel de pautas acordadas de alguna clase.

Desarrollo	<p>En esta última actividad se explicará de forma breve qué son las pautas, en qué se diferencian de las reglas y qué beneficios o porqué es importante establecer dichas pautas. Toda esta información se encuentra recogida en la página 13 del manual de la formación (Anexo 1).</p> <p>Además, se dará la oportunidad a las familias de definir las pautas que esperan que sean creadas en su hogar y que salgan en la pequeña reunión que tengan más tarde con sus niños. Esto les será de utilidad para guiar la conversación con los menores, comprobar que ninguna pauta importante quede sin mencionar o sin incluir... Nunca será una lista de normas o reglas impuesta de manera vertical.</p> <p>Se deberá recalcar la importancia de que las pautas sean acordadas y creadas por toda la familia en conjunto, no solo por los adultos.</p> <p>Este será también un buen momento para mostrar a las familia cómo en el centro se ha implementado esta estrategia. Para ello, se presentarán algunos ejemplos de carteles de pautas acordadas de varias clases en las que estén algunos niños cuyas familias asistan a la formación.</p>
------------	---

Al finalizar la sesión se introducirá a las familias participantes el padlet creado para que compartan experiencias relacionadas con lo aprendido en la formación, dejen por escrito sus dudas y estas puedan ser resueltas por el equipo organizador de la formación cuanto antes sin tener que esperar a la siguiente sesión.

» **Sesión 3:** (20 de octubre)

En los primeros diez minutos de esta sesión se aludirá a lo tratado en la anterior y se invitará a las familias a compartir su experiencia poniendo en práctica lo aprendido: si han elaborado las tablas de rutina de su casa, si han establecido las tareas de colaboradores de la familia, si crearon una lista de pautas acordadas...

ACTIVIDAD 1: IDENTIFICACIÓN DE ANTECEDENTES	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Averiguar qué son los antecedentes de una conducta. - Identificar antecedentes de una conducta.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Antecedentes de una conducta
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 14 del manual (Anexo 1). ○ Casos prácticos (Anexo 5)
Desarrollo	<p>Se explicará de manera breve a qué se le denomina antecedente de una conducta (página 14 del manual).</p> <p>A continuación, se compartirá una serie de casos para, entre todos, identificar el antecedente de la conducta (Anexo 5).</p> <p>Por último, cada asistente tendrá que pensar en una situación de conflicto en la que la conducta de su niño no sea la esperada y se le invitará a pensar en el posible antecedente que provoca dicha conducta. Esta reflexión individual podrá ser compartida con todo el grupo para así poder recoger el mayor número de ejemplos de antecedentes de conductas.</p>

ACTIVIDAD 2: DEFINICIÓN CONCRETA DE LA CONDUCTA	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Descubrir la relevancia de hacer una definición concreta de una conducta. - Definir correctamente un conducta.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Definición exacta de una conducta.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 14 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se organizará a los participantes en tríos. A continuación, se les solicitará que definan alguna conducta problemática que hayan podido observar en su hogar.</p> <p>Después, se aclarará en qué consiste la definición correcta de una conducta, para luego proceder a aplicar lo aprendido en tríos. Para ello se solicitará a los grupos que definan la conducta que seleccionaron y definieron anteriormente, pero esta vez poniendo en práctica lo explicado.</p> <p>Por último, de manera voluntaria podrán comparar las dos definiciones que realizaron y se comentarán las diferencias que se aprecian entre una y otra.</p>

ACTIVIDAD 3: TABLA DE METAS EQUIVOCADAS	
Duración	20 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Descubrir qué son las metas equivocadas. - Identificar metas equivocadas. - Enumerar metas equivocadas - Dominar la utilización de la tabla de metas equivocadas.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Metas equivocadas
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 15 y 16 del manual (Anexo 1). ○ Fotocopia de la tabla de metas equivocadas (Anexo 6).
Desarrollo	<p>Se comenzará explicando qué es una meta equivocada, para después presentar la tabla de metas equivocadas. Se detallará cómo se utiliza y cómo puede ser usada en nuestro beneficio.</p> <p>A continuación, se invitará a las familias a compartir de manera voluntaria situaciones de conflicto en su hogar o proponer posibles problemas. Una a una se irán analizando dichas situaciones y valiéndonos de la tabla de metas equivocadas se llegará a comprender con más exactitud qué se esconde detrás de la conducta del niño.</p> <p>En la página 15 y 16 del manual se encuentra el contenido teórico relacionado con las metas equivocadas.</p>

» **Sesión 4:** (3 de noviembre)

Los primeros quince minutos de esta sesión se reservarán a recapitular lo que se ha planteado en sesiones anteriores así como para que las familias compartan su experiencia poniendo en práctica lo aprendido (retos que han tenido, experiencias de éxito, posibles dudas...)

ACTIVIDAD 1: QUÉ SON LAS REUNIONES DE FAMILIA	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Enumerar las partes de una reunión de familia. - Dominar el contenido de cada parte de una reunión de familia. - Organizar las partes que componen una reunión de familia.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • La reunión de familia: partes e importancia.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 17 del manual (Anexo 1). ○ Partes de la reunión de familia en trozos de papel (Anexo 7).
Desarrollo	<p>Se comenzará introduciendo lo que es una reunión de familia y su relevancia en la convivencia en el hogar.</p> <p>Después, se organizará a los asistentes en tríos, y a cada equipo se les entregará el Anexo 7, en el que encontrarán, en diferentes tozos de papel, las distintas partes que componen una reunión de familia. Cada equipo deberá ordenarlo según crean ellos. A continuación, se comprobarán los resultados y se desvelará la secuenciación correcta.</p> <p>Tras esto, se explicarán una a una las partes y las características propias de cada una.</p> <p>Por último, se relatará cómo las reuniones de aula son el equivalente en el colegio a esta experiencia. Se contará cómo se aplica, qué resultados se han observado en su práctica en el aula y algunos ejemplos concretos de agendas de reuniones de clase.</p> <p>Todo el contenido teórico sobre la reunión de familia se encuentra disponible en la página 17 del manual de la formación.</p>

ACTIVIDAD 2: VIVENCIAMOS UNA REUNIÓN DE FAMILIA	
Duración	30 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Escenificar una reunión de familia. - Analizar una reunión de familia. - Identificar aciertos y aspectos a mejorar en la teatralización de una reunión de familia.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • La reunión de familia.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 17 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>En esta actividad se organizará a los asistentes en grupos de cuatro miembros, cada uno tendrá un rol "adulto 1" "adulto 2" "niño 1" "niño 2". Cada grupo deberá pensar en una problemática que haya podido surgir en el hogar y deberán convocar una reunión familiar para abordar dicho problema.</p>

	<p>Cada grupo contará con 10 minutos para pensar su problema y poner en común cómo debería ser la reunión familiar (qué partes debe tener, cómo se debe comenzar y terminar...). Para esta parte podrán consultar la página 17 del manual como soporte.</p> <p>Por último, en los 20 minutos restantes se llevará a cabo el juego de roles. Por turnos, de forma voluntaria, algunos grupos (2 o 3) escenificarán su reunión de familia. Al terminar, tanto los organizadores de la sesión como el resto de los asistentes recalcarán que aspectos positivos tuvo la representación y cómo podría mejorarse.</p> <p>Por último, se les invitará a convocar en su casa una reunión de familia y poner en práctica lo aprendido esta sesión.</p>
--	--

» **Sesión 5:** (17 de noviembre)

Como en el resto de las sesiones, los primeros minutos, en este caso cinco, se destinarán a recordar lo ya visto en la sesión y a introducir el contenido de esta.

ACTIVIDAD : ACOMPAÑAMIENTO EN LAS RABIETAS	
Duración	20 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Descubrir cómo se acompaña una rabieta. - Especificar el cometido que tienen las neuronas espejo en las rabieta. - Observar un ejemplo de acompañamiento de rabieta.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Acompañamiento de rabieta. • Rol de las neuronas espejo en las rabieta.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Página 18 del manual (Anexo 1). o Vídeo https://www.instagram.com/reel/CU8NcCgLaGC/?utm_source=ig_web_copy_link (Isabel Disciplina Positiva, 2021)
Desarrollo	<p>Primero, se consultará a los participantes qué suelen hacer cuando su niño tiene una rabieta.</p> <p>Después, se les preguntará si pueden imaginarse qué es acompañar en una rabieta, qué actitud debe de tener el adulto, qué debe hacer...</p> <p>A continuación, se describirán una serie de consejos que aplicar cuando alguno de sus niños tenga una rabieta. Estos consejos se pueden consultar en la página 18 del manual de esta formación.</p> <p>Este será un buen momento para recordar el papel que juegan las neuronas espejo y como pueden jugar a nuestra favor en estas situaciones.</p> <p>Por último, se reproducirá un vídeo en el que se observa cómo una madre acompaña en una rabieta a su hija de dos años.</p>

ACTIVIDAD 2: TIEMPO FUERA EN POSITIVO	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Definir el tiempo fuera en positivo. - Examinar un rincón de la calma. - Relacionar el tiempo fuera en positivo con el acompañamiento de rabieta.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo fuera en positivo • Rincón de la Calma
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Página 19 del manual (Anexo 1).

Desarrollo	<p>Se presentará un ejemplo de rincón de la calma de algún aula del colegio. Se les explicará qué elementos lo componen y quién y cuándo pueden visitarlo. Se les invitará a crear un espacio similar en casa.</p> <p>Después, se explicará el equivalente al rincón de la calma en cualquier situación fuera del colegio, el tiempo fuera en positivo y cómo llevarlo a cabo.</p> <p>Se vinculará esta estrategia con el acompañamiento de rabinetas, ya que en ese tiempo fuera deberán aplicarse las estrategias propias del acompañamiento de rabinetas.</p>
------------	--

ACTIVIDAD 3: PREGUNTAR VS DECIR	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Diferenciar la connotación de decir algo o preguntarlo. - Formular oraciones imperativas en forma de preguntas.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Diferencia entre decir y preguntar.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 20 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se distinguirá el efecto y la connotación que tiene una misma idea formulada de manera imperativa que de forma interrogativa, para ello se utilizará algún ejemplo.</p> <p>A continuación, se les invitará a seleccionar algún tipo de mandato que hayan transmitido recientemente a su niño de forma imperativa. Después, se les pedirá que intenten formularlo en forma de pregunta. En la página 20 tendrán un espacio para dejarlo por escrito.</p> <p>Tras esto, podrán ponerlo en común de manera voluntaria.</p> <p>Por último, se les preguntará sobre sus sensaciones y opiniones acerca de esta estrategia.</p>

ACTIVIDAD 4: MOLESTIAS Y DESEOS	
Duración	10 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Aprender la forma adecuada de comunicar una molestia y el deseo asociado. - Aplicar la expresión aprendida para transmitir una molestia y su correspondiente deseo.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación recomendada de molestia y expresión de deseos.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 21 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se compartirá la expresión “Me molesta cuando ... me gustaría/desearía que...”.</p> <p>Además, también será importante aprender a responder a dichas afirmaciones, por lo que se presentarán las opciones de contestaciones respetuosas.</p> <p>Por último, colocaremos a los participantes formando una circunferencia y se les incitará a compartir una molestia y su correspondiente deseo utilizando la expresión anteriormente mencionada. Los organizadores de la formación serán los que respondan a esas intervenciones.</p>

» **Sesión 6:** (1 de noviembre)

En esta sesión se continuará con las características de los mensajes o expresiones propias del lenguaje verbal de la Disciplina Positiva.

Antes de comenzar con las actividades y abordar contenido nuevo, se dedicarán los primeros cinco minutos a recordar lo tratado en la sesión anterior así como lo comentado en el muro online de dudas.

ACTIVIDAD 1: VALIDAR LAS EMOCIONES	
Duración	10 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar qué es validar una emoción. - Reconocer situaciones para validar emociones. - Probar a realizar una correcta validación de las emociones.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • La validación de emociones.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 22 y 23 del manual (Anexo 1). ○ Vídeo https://www.instagram.com/reel/Ca7ypnappkh/?utm_medium=copy_link (Mindheart, 2022)
Desarrollo	<p>Se comenzará explicando qué es validar una emoción, qué importancia tiene y cuáles son algunos consejos o pasos que seguir para validar una emoción. Este contenido puede encontrarse en la página 22 del manual. Además, se proyectará un vídeo en el que se explica la importancia de validar las emociones con algunos ejemplos.</p> <p>A continuación, se les invitará a pensar en alguna situación en la que el niño por el que están acudiendo a la escuela de familias haya necesitado esa validación.</p> <p>Por último, se les animará a compartir con el grupo cómo validarían esa emoción, sin necesidad de explicar el contexto de la situación.</p> <p>Ej.: <i>“Jesús, entiendo que estés triste y enfadado con tu hermano por romperte el juguete. Sabes que me tienes aquí para darte un abrazo o hablar sobre lo que te pasa. Creo que podemos llegar a solucionar esta situación sin necesidad de pegar a tu hermano, ¿quieres que te ayude? ¿intentamos arreglarlo juntos o buscar la manera de solucionar el problema?”</i></p> <p>En la página 23 del manual encontrarán una serie de frases que ayudan a validar las emociones.</p> <p>Estas intervenciones serán completamente voluntarios y podrán estar sujetas a corrección si los guías de la formación así lo ven necesario.</p> <p>De esta forma las familias podrán identificar situaciones para validar emociones y practicar la manera de hacer. Además, con esta actividad se podrá lograr un alto nivel de empatía con los niños y los participantes podrán ser conscientes de la diferencia que marca una validación de las emociones y su importancia.</p> <p>También es importante exponer que no siempre tenemos que estar validando las emociones de los más pequeños. Normalmente es más conveniente realizarlo cuando estos están teniendo emociones negativas que no saben gestionar de la manera más adecuada.</p>

ACTIVIDAD 2: ALENTAR	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Averiguar qué es alentar. - Formular frases de aliento.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Alentar.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 24 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se comenzará explicando a las familias qué es alentar y qué repercusiones beneficiosas tiene en los niños.</p> <p>A continuación, para aprender a dar a aliento de una forma práctica, los asistentes a la formación se colocarán en círculo y por turnos darán aliento a la persona de su derecha. Además, se les invitará a dar aliento a otro participante si lo creen conveniente o si quieren hacerlo.</p> <p>Por último, se les invitará a compartir otras frases que se les ocurran que puedan servir para dar aliento.</p> <p>En la página 24 del manual podrán encontrar el contenido teórico relacionado con alentar, así como un espacio para anotar las frases complementarias anteriormente mencionadas.</p>

ACTIVIDAD 3: REFUERZO VERBAL	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la realización de refuerzo verbales correctos. - Concretar las características de un buen refuerzo verbal. - Generar un buen refuerzo verbal.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción del refuerzo verbal. • Características básicas del refuerzo verbal.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Página 25 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Primero se explicará en qué consiste el refuerzo verbal.</p> <p>A continuación, se realizará una lluvia de ideas para que los asistentes compartan cómo creen que debería ser el refuerzo verbal.</p> <p>Tras la puesta en común se expondrán las seis características que debe cumplir un refuerzo verbal (estas, junto con la descripción del refuerzo verbal se hallan en la página 25 del manual).</p> <p>Por último, se invitará a los participantes a compartir de manera voluntaria un ejemplo de refuerzo verbal. Dicha intervención será comentada por el guía de la formación para examinar si cumplió o no las seis características básicas.</p>

ACTIVIDAD 4: CÓMO CORREGIR EL ERROR	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender la visión del error que tiene la Disciplina Positiva. - Aplicar la técnica del sándwich en la corrección de un error.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Concepción del error. • Técnica del sándwich para corregir el error.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Página 26 del manual (Anexo 1).
Desarrollo	<p>Se comenzará con una lluvia de ideas en la que los participantes compartirán la visión que tienen del error. Todas las ideas expuestas se anotarán en la pizarra a modo de mapa conceptual. Una vez hayan terminado de poner en común sus ideas se expondrá la concepción que se tiene del error en la Disciplina Positiva.</p> <p>Después, se les explicará la técnica del sándwich para corregir un error. A continuación, se les invitará a cada uno a pensar en un supuesto en el que tengan que corregir algún tipo de error teniendo que aplicar la estrategia anteriormente explicada.</p> <p>Los contenidos teóricos vinculados a esta actividad están disponibles en la página 26 del manual de la formación (Anexo 1).</p>

» **Sesión 7:** (15 de noviembre)

En los primeros cinco minutos de esta sesión se expondrá la secuenciación de actividades que van a tener lugar y se les agradecerá, una vez más, a las familias su participación en la escuela de familias.

ACTIVIDAD 1: LISTA DE CARRERA DE FONDO	
Duración	15 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Enumerar estrategias de la Disciplina Positiva abordadas a lo largo de las sesiones. - Explicar brevemente dichas estrategias.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias básicas de la Disciplina Positiva.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> o Lista de carrera de fondo página 27 del manual (Anexo1).
Desarrollo	<p>Se comenzará la sesión con la última de las actividades vinculadas puramente a contenido de Disciplina Positiva en la que se completará la lista de carrera de fondo.</p> <p>Para completar esta última lista se invitará a los participantes a enumerar las estrategias y herramientas propias de la Disciplina Positiva que han aprendido a lo largo de la formación.</p> <p>A medida que vayan siendo mencionadas se recordará de manera muy breve en qué consistían, para qué nos ayudaban...De esta forma, haremos una revisión de forma superficial de todo lo abordado a lo largo de los cuatro meses de formación.</p>

ACTIVIDAD 2: RESOLUCIÓN FINAL DE DUDAS	
Duración	25 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver dudas de los participantes. - Mostrar y comentar preguntas planteadas en el padlet.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de dudas.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ordenador y proyector. ○ Padlet (muro de dudas online).
Desarrollo	<p>Se proyectará el padlet de la formación en el que se han ido planteando y respondiendo diferentes dudas.</p> <p>Se traerán a colación las más relevantes y de mayor interés para el grupo.</p> <p>Además, se dará opción a plantear otras preguntas que no estén incluidas en dicho muro online.</p>

ACTIVIDAD 3: EVALUACIÓN FINAL	
Duración	10 minutos
Objetivos	EQUIPO ORGANIZADOR DE LA FORMACIÓN: <ul style="list-style-type: none"> - Conocer la valoración general de la familias de la formación. - Descubrir áreas y aspectos de mejora y fortalezas de la formación.
	FAMILIAS: <ul style="list-style-type: none"> - Responder al cuestionario de la evaluación final. - Expresar su nivel de satisfacción en lo referente a la formación. - Valorar las sesiones, sus materiales, la utilidad de los contenidos y la labor de los organizadores de la formación.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración final de las sesiones de la escuela de familias reservadas para la formación en Disciplina Positiva.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Formulario de evaluación final.
Desarrollo	<p>Las familias responderán al formulario final de evaluación de la formación.</p> <p>El objetivo, contenido y estructura de dicho cuestionario se encuentra detallado en el apartado 3.6. de este trabajo.</p>

ACTIVIDAD 4: DESPEDIDA	
Duración	10 minutos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Concluir las sesiones de formación. - Entregar a los participantes un detalle simbólico de su asistencia a la escuela de familias.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de diplomas. • Despedida final de la formación.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ○ Diploma de participación (Anexo 8).
Desarrollo	<p>Por último, para dar por concluida la formación y despedir a las familias que participaron en ella, las personas responsables de guiar la formación tendrán ahora un momento para decir unas palabras de despedida y a modo de detalle simbólico se le entregará a cada familiar un sencillo diploma (Anexo 8).</p>

3.6. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

Esta propuesta contará con tres momentos de evaluación.

En primer lugar, las familias completarán un formulario a modo de evaluación inicial. Dicha evaluación tiene por objetivo conocer qué conocimientos previos tienen los participantes sobre la Disciplina Positiva. Dicho formulario se puede consultar en el siguiente enlace: <https://forms.gle/YybqS9bxJXoUwF4m6>

En segundo lugar, se realizará una evaluación final. Esta evaluación no forma parte de una investigación, por lo que los resultados no serán de carácter cuantitativos ni se pretende que las familias demuestren todo lo que han aprendido, más bien esta evaluación busca conocer la valoración de esta formación desde el punto de vista de las familias. Estas responderán a cuestiones relacionadas con la calidad de los materiales utilizados, la accesibilidad en horarios de la escuela de familias, la disponibilidad para la resolución de dudas, la utilidad del contenido de las sesiones y la facilidad de aplicarlo, la labor del encargado de la formación... Este formulario está disponible en el siguiente link: <https://forms.gle/7E6M5yx7eDRKwPd88>

Por último, se realizará una evaluación intermedia. Los profesores encargados de las sesiones de formación de la escuela de familias rellenarán tras cada sesión una pequeña rúbrica para evaluar distintos aspectos de cada reunión. De esta forma se realizará un seguimiento continuo de la formación que ayudará a mejorar la aplicación de las actividades en siguientes sesiones. Esta rúbrica está disponible en el [Anexo 2](#) de este trabajo.

Con estos tres momentos de evaluación se pretende comprobar si la propuesta de formación es útil, adecuada, si cumple con los objetivos establecidos y si responde a las demandas y necesidades de las familias. Así mismo servirá para identificar tanto aspectos fuertes del proyecto como aspectos de mejora, beneficios observados, nivel de satisfacción de las familias, etc.

4. CONCLUSIÓN

Después de cinco años de doble grado, puedo afirmar orgullosa, que cierro este precioso capítulo de mi vida muy satisfecha.

Tuve la suerte de que el azar, en tercero de carrera con una pandemia mundial como titular en todos los telediarios, pusiese en mi camino profesional la Disciplina Positiva gracias a un trabajo de investigación en la universidad. Desde que empecé a conocer esta metodología la profesora que estaba empezando a ser encontró las bases de sus ideales pedagógicas. Gracias a la Disciplina Positiva tengo un carácter personal como docente. Fue a raíz de ese trabajo que empecé a leer más y más sobre la metodología, comencé a formarme en ese campo hasta finalmente obtener la certificación internacional. Desde ese momento supe que alguno de mis TFGs estaría enmarcado en la Disciplina Positiva.

Comencé este trabajo con algunas inseguridades, me parecía una propuesta muy ambiciosa, no me veía capaz de elaborar una formación para familias, componente esencial de la educación con la que aún no he tenido la oportunidad de tratar, pero también empecé muy ilusionada, puesto que el tema y la idea me motivaba bastante.

El proceso de elaboración de este trabajo podría asemejarse a una carrera de obstáculos. En estos meses he tenido que enfrentarme a numerosos retos. Yo tenía formación en Disciplina Positiva, pero ahora tenía que encontrar la manera de transmitir esos conocimientos. Soy maestra, y enseñar no debería ser una labor difícil para mí. Sin embargo, la complejidad la encontré en diseñar actividades, sesiones y materiales enfocados a adultos y despertar su interés, siendo estas personas ajenas al mundo de la educación (profesionalmente hablando).

También, tuve que hacer todo un proceso de selección de las ideas y conocimientos que tenía sobre la materia. No podía crear una formación muy extensa y que implicase una extrema profundización. Debía ponerme en el lugar de los asistentes a la formación para concretar e identificar sus necesidades y así poderles dar respuesta.

Poco a poco y gracias a un trabajo constante he sido capaz de superar, me atrevo a decir con éxito, todos los retos.

Además, este trabajo me ha ayudado a profundizar en la importancia y necesidad de establecer redes de colaboración, comunicación y cooperación entre las familias y el

centro educativo, y para ello, la escuela de familias es la herramienta idónea complementaria a las reuniones individuales y el intercambio de simples mensajes.

Creo que la propuesta es realista, puede llevarse a cabo y cumple con los objetivos previstos. Otro de los puntos fuertes de este programa es que su implementación en un entorno real es factible, no implica un alto presupuesto o unos materiales fuera del alcance de cualquiera. Sin embargo, la dificultad que contemplo que puede llegar a albergar esta propuesta es la indispensable necesidad de que el centro utilice esta metodología y que el docente encargado de la implementación de las sesiones tenga formación en Disciplina Positiva.

A modo de conclusión me gustaría señalar que este Trabajo de Fin de Grado (TFG) considero que es un claro espejo de su autora y sus creencias pedagógicas. El resultado final cumple con las expectativas que tenía, y como ya he dicho, completo mi trayectoria académica en la universidad muy satisfecha y orgullosa.

Finalmente, me gustaría agradecer a mi tutor de TFG, Jorge Burgueño, su alta implicación en la elaboración de este trabajo, su disponibilidad, cercanía, mensajes motivadores y consejos constructivos que en todo momento me han ayudado a seguir esforzándome, sacar lo mejor de mí, buscar siempre un margen de mejora y elaborar una propuesta de innovación a la altura de lo que supone este trabajo.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldort, N. (2009). *Aprender a educar sin gritos, amenazas ni castigos*. Medici.
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5ª edición)*. Editorial Médica Panamericana S.A
- Ausubel, D. (2002). *Adquisición y retención del conocimiento*. Paidós Ibérica
- Bandura, A. (1987). *Teórica del aprendizaje social*. S.L.U. Espasa Libros
- Bautista, J.M. (2014). ¿Cómo crear sinergias con las familias en la era del aprendizaje? *Padres y Maestros*, 360, 6-9
- Bruner, J (1991). *Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva*. Alianza
- Bronfenbrenner, U. (1974). Is early intervention effective? *Teachers College Record*, 76(2), 279–303.
- Cabrera Muñoz, M. (2009). La importancia de la colaboración familia-escuela en la educación. *Revista Digital Innovación y experiencia educativas*, 16, 1-9
- Cano, R. y Casado, M. (2015) Escuela y familia. Dos pilares fundamentales para unas buenas prácticas de orientación educativa a través de las escuelas de padres. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 18(2), 15-27.
- Construye T. (2018, mayo 10). 8 CAL Construye T.-Dr Daniel Siegel Modelo de la mano [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=Y9EA4jr1UJM>
- Corrales, E. (2011). El lenguaje no verbal: un proceso cognitivo superior indispensable para el ser humano. *Revista Comunicación*, 20 (1), 46-51
- Coll, C. (1998). Significado y sentido en el aprendizaje escolar. Reflexiones en torno al concepto de aprendizaje significativo. *Infancia y Aprendizaje: Journal for the Study of Education and Development*, 41, 131-142.
- Cuesta, I. (2021, abril 13). Rompiendo mitos de la Disciplina Positiva. *El Blog de Malasmadres* <https://clubdemalasmadres.com/rompiendo-mitos-disciplina-positiva/>
- Dasen, P. (1994). *Culture and cognitive development from a piagetian perspective*. WJ Editorial

- Disciplina Positiva España. (s.f.). *¿Qué es la Disciplina Positiva?* Disciplina Positiva España <https://disciplinapositivaespana.com/que-es-la-disciplina-positiva/>
- Duffy, R.A., Erwin, C. y Nelsen, J. (2014). *Disciplina positiva para preescolares: educar niños responsables, respetuosos y capaces*. Medici
- Fernández Santos, I. (2010, diciembre). La relación familia-escuela. Mirándonos con otros ojos. *Padres y Maestros*, 336, 7-11
- Fresnillo Poza, V., Fresnillo Lobo, R., y Fresnillo Poza, M.L. (2000). *Escuela de Padres*. Área de Servicios Sociales. Ayuntamiento de Madrid
- Fundación Botín. (2020, noviembre 30). *¿Cómo se promueve la responsabilidad y la autonomía de los niños?* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=GoWrUUJbmG0>
- Fundación Botín. (2020, diciembre 9). *Resumen: “Disciplina positiva, educar con afecto y firmeza” | Fund. Botín – Fund. Edelvives* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=XRR-iXxL7c>
- García Rasero, A.M. (2020, enero 20). La autoestima en las dificultades de aprendizaje. *Blog Center Psicología Clínica*
<https://www.centerpsicologia.com/2020/01/20/la-autoestima-en-las-dificultades-de-aprendizaje/?lang=es>
- Garvey, C. (1985). *El juego infantil* (Vol. 7). Ediciones Morata
- González, N., Moll, L. C., y Amanti, C. (Eds.). (2005). *Funds of knowledge: Theorizing practices in households, communities, and classrooms*. Routledge
- Herrera Salas, F. Ortega Ramírez, R. y Cuevas Jiménez, A. (1992). El desarrollo infantil desde el discurso materno: Análisis de un legado cédulas biosociales de educación preescolar. *Revista de la Secretaría de Educación , Cultura y Bienestar Social*, 1 (3), 5-22
- Hidalgo, N. M., Siu, S. F., y Epstein, J. L. (2004). Research on families, schools, and communities: a multicultural perspective. In J. A. Banks, & C. A. McGee (Eds.), *Handbook of research on multicultural* (pp. 631–655). Wiley & Sons.
- Iglesias, I. (2020, diciembre 15). Cómo concebimos el error. *Disciplina Positiva España*. <https://disciplinapositivaespana.com/como-vivimos-los-errores/>

- Isabel Disciplina Positiva [@unamadremolona]. (2021, octubre 12). *Hoy una molona me recordó este vídeo* [Vídeo]. Instagram
https://www.instagram.com/reel/CU8NcCgLaGC/?utm_source=ig_web_copy_link
- Kohlberg, L. (1992). *Psicología del desarrollo moral*. Desclée de Brouwer
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE)
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE)
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la actual Ley Orgánica 2/2006 (LOE), de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE)
- López Iglesias, S. (2021, Julio 10). Rompiendo seis mitos de la Disciplina Positiva. *El País* <https://elpais.com/mamas-papas/2021-07-10/rompiendo-seis-mitos-de-la-disciplina-positiva.html>
- Macias, B. (2021, agosto 13). El efecto Pigmalión. *La Mañana* <https://www.lamañana.uy/opinion/el-efecto-pigmalion/>
- Martitegui, A. (2021, diciembre 2). Marisa Moya, impulsora de la disciplina positiva: “El gran problema de los niños somos los adultos”. *NIUS*. https://www.niusdiario.es/salud-y-bienestar/coaching/entrevista-marisa-moya-impulsora-disciplina-positiva-espana-problema-ninos-son-adultos_18_3243721257.html
- Mindheart [@mindheart.kids]. (2022, marzo 10). *El miedo NO es sinónimo de cobardía* [Vídeo]. Instagram
https://www.instagram.com/reel/Ca7ypnappkh/?utm_medium=copy_link
- Moya, M. (2020, abril). Hablamos de Disciplina Positiva con Marisa Moya, educadora, psicóloga y directora de la Escuela Infantil Gran Vía. *Revista Educación 3.0*, 37, 88-91
- Nelsen, J. (2007). *Cómo educar con firmeza y cariño*. Medici
- Payne, T. y Siegel, D.J. (2014). *Disciplina sin lágrimas: Una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo*. Ediciones B
- Peralta, J. (2000). Adquisición y desarrollo del lenguaje y la comunicación: una visión pragmática constructivista centrada en los contextos. *Redalyc*, 7, 54-66.

Pérez, P. y Salmerón, T. (2006). Desarrollo de la comunicación y del lenguaje: indicadores de preocupación. *Revista Pediátrica de Atención Primaria*, 8, 679-693.

Piaget, J. (1992). *La construcción de lo real en el niño*. Grijalbo

Vega, L. G. (2020). *Castigar no es educar: Todas las ventajas de la Disciplina Positiva*. La Esfera de los Libros.

Seisdedos, J. (2021, febrero 17). Disciplina positiva en esencia. *Disciplina Positiva España*. <https://disciplinapositivaespana.com/disciplina-positiva-en-esencia/>

Vygotsky, J. (2020). *Pensamiento y lenguaje*. Paidós Ibérica

6. ANEXOS

ANEXO 1: Manual de la formación

El manual puede encontrarse, listo para ser descargado e impreso, en el padlet vinculado a este trabajo.

<https://padlet.com/disciplinapositivaPalomaRivadelaHoz/DISCIPLINAPPOSITIVA>

Disciplina Positiva

FORMACIÓN DE ESCUELA DE FAMILIAS



Índice

Cronograma.....	1
Orígenes de la Disciplina Positiva.....	2
Lista de problemas y desafíos.....	3
Lista de tendencias y valores culturales.....	4
Lista del futuro.....	5
El cerebro en la palma de tu mano.....	6
Neuronas espejo.....	9
Lista de colaboradores.....	10
Las rutinas.....	12
Pautas acordadas.....	13
Antecedentes de una conducta.....	14
Definición concreta de una conducta.....	14
Metas equivocadas.....	15
Reuniones de familia.....	17
Acompañamiento de Rabietas.....	18
Tiempo fuera en positivo.....	19
Preguntar vs Decir.....	20
Molestias y Deseos.....	21
Validar las emociones.....	22
Aleentar.....	24
Refuerzo verbal.....	25
Como corregir el error.....	26
Lista de carrera de fondo.....	27
Anotaciones personales.....	28
Bibliografía.....	30

Cronograma

Sesión	Día	Duración	Contenido
0	6 - 9 - 22	10 días	- Inscripción a la formación - Selección del horario más adecuado a su disponibilidad - Votación día de la semana para llevar a cabo las sesiones - Evaluación inicial
1	22 - 9 - 22	1 hora	- Presentación - Exposición del cronograma - Orígenes de la Disciplina Positiva - Las 3 listas
2	6 - 10 - 22	1 hora 30'	- Cerebro en la palma de la mano - Neuronas espejo - Lista de colaboradores - Planificador de rutinas - Pautas acordadas
3	20 - 10 - 22	1 hora	- Identificación de antecedentes - Definición concreta de la conducta - Tabla de metas equivocadas
4	3 - 11 - 22	1 hora	- Reuniones de familia
5	17 - 11 - 22	1 hora	- Acompañamiento en las rabietas - Tiempo fuera en positivo - Preguntar vs Decir - Molestias y deseos
6	1 - 12 - 22	1 hora	- Validar las emociones - Alentar - Refuerzo verbal - Cómo corregir el error
7	15 - 12 - 22	1 hora	- Lista de carrera de fondo - Resolución de dudas - Evaluación final - Despedida

1

Orígenes de la Disciplina Positiva

La Disciplina Positiva encuentra sus orígenes a principios del siglo XX, en 1920, con la filosofía de los austriacos Alfred Adler, médico y psicoterapeuta, y Rudolf Dreikurs, psiquiatra y educador. Décadas después, en los años 80 de este mismo siglo, esta metodología quedará sintetizada y desarrollada gracias al trabajo de Jane Nelsen y Lynn Lott.

DEFINICIÓN:

Enfoque de la educación que aboga por unas relaciones de respeto mutuo y responsabilidad, basadas en el equilibrio entre la amabilidad y la firmeza, y que busca proporcionar habilidades y competencias sociales para la vida

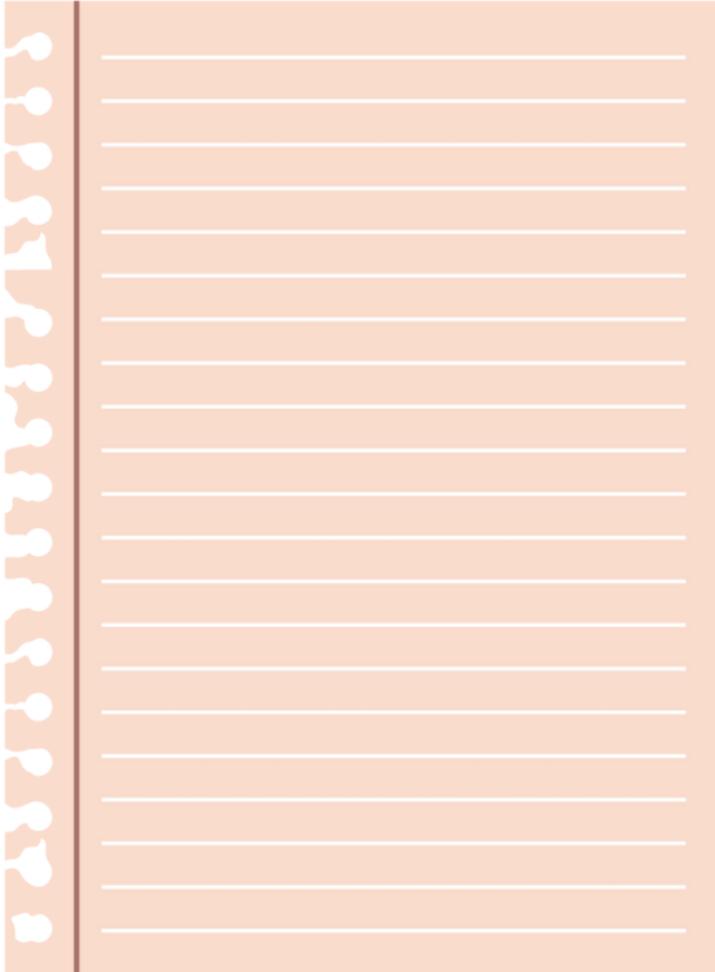
CONCEPTOS IMPORTANTES:

- SENTIDO DE PERTENENCIA
- ERROR = OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE
- EQUILIBRIO ENTRE AMABILIDAD Y FIRMEZA
- EL CAMBIO DEBE COMENZAR EN EL ADULTO
- EFICACIA A LARGO PLAZO
- RESPETUO MUTUO
- ALENTAR EN LUGAR DE ALABAR → Confianza en las propias capacidades
- COMUNICACIÓN EFECTIVA

2

Lista 1: problemas y desafíos

A continuación enumera todas esas cosas que no funcionan como debería en tu casa, cosas que te gustaría cambiar, los mayores desafíos a los que te enfrentas en tu día a día...



Todo esto son tus OPORTUNIDADES DE MEJORA, tu punto de partida.

3

Lista 2: tendencias y valores culturales

Piensa en todas las tendencias, valores, modas, etc. de nuestra cultura y clasificalos en función de si quieres o no transmitirlos a tu niño.



Esto es tu BRÚJULA. Ha de haber coherencia entre lo que quieres y lo que haces

4

Lista 3: el futuro

Damos un salto en el tiempo de 15 años, ¿cómo te gustaría que fuera tu niño, qué te gustaría que dijeran de él, en qué tipo de persona te gustaría que se hubiese convertido?

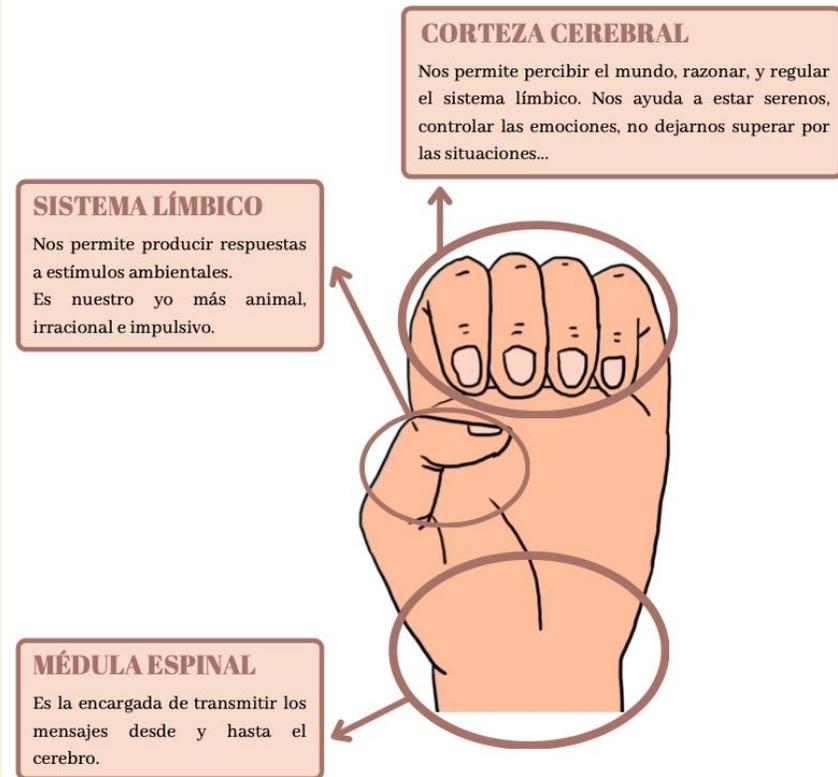
Te presento a tu objetivo, tu META FINAL.

5

El cerebro en la palma de tu mano

El modelo del cerebro en la palma de la mano es una metáfora creada por el Doctor Daniel Siegel para explicar el funcionamiento de nuestro cerebro cuando estamos a punto de perder el control.

ESTAS SON LAS ESTRUCTURAS DEL CEREBRO QUE PODEMOS ENCONTRAR REPRESENTADAS EN NUESTRA MANO:



6

Cuando el cerebro está INTEGRADO...



la corteza cerebral somete al sistema límbico y eres capaz de controlar tus emociones, tomar decisiones racionales, adaptar y regular tu comportamiento, pensar antes de actuar...

Cuando el cerebro está DESINTEGRADO...



perdemos el control de la situación, ya que la corteza cerebral pierde el dominio del sistema límbico y este toma el poder de la situación, lo que nos lleva a actuar de la forma más impulsiva, emocional e irracional.

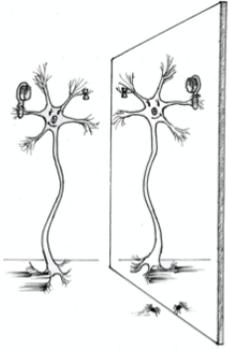
Esto puede suceder cuando estamos cansados, muy irritados, impacientes...

Piensa y escribe qué sueles hacer cuando tu cerebro está DESINTEGRADO

-
-
-
-
-

Escribe a continuación herramientas que puedan ayudarte a VOLVER A INTEGRAR TU CEREBRO:

Las neuronas espejo



Son un tipo de neuronas que se activan cuando se observan acciones en los demás. Las neuronas espejo reciben ese nombre ya que reflejan el comportamiento de otros.

Estas neuronas nos permiten aprender de los demás, dándose así un aprendizaje por imitación.

Estas neuronas cobran gran importancia en el aprendizaje del lenguaje verbal y no verbal.

Además, nos ayudan a empatizar.

Siempre hay que tener presente que los niños son muy observadores, aprender de lo que decimos, pero también de cómo lo decimos. Es por eso que debemos cuidar nuestras palabras y nuestras formas de comportarnos.

Si hablamos de forma amable, con respeto, empatizando y con cariño, nuestros niños lo harán igual. Sin embargo, si gritamos, nos mostramos muy irritados con facilidad, hablamos con desprecio etc. los niños, como esponjas, lo harán igual.

Muchas veces hemos escuchado frases como "¡cómo se parece a X!" "tiene las mismas expresiones que X" "es igualito a X", pues gran mérito de dichas semejanzas se debe a las neuronas espejo.

¿QUÉ COSAS HA PODIDO APRENDER DE TI TU NIÑO GRACIAS A LAS NEURONAS ESPEJO?

- * *
- * *
- * *

Lista de colaboradores

El hogar y las tareas implicadas en él deben ser concebidos como una responsabilidad de todos los miembros de la familia.

En el aula contamos con una lista de tareas que se asignan a los niños. De esta forma conseguimos que se comprometan más con su rol en la clase, que adquieran cierta responsabilidad, que se sientan tenidos en cuenta, que sean protagonistas en ciertos momentos y que se les dote de un sentido de importancia.

Es recomendable que vivan esta misma realidad en su casa. Los niños deben comprender que el cuidado de la casa es cosa de todos. Por ello, deben ser responsables de alguna tarea adecuada a su edad y capacidad. Esta asignación debe quedar por escrito y ha de estar a la vista de todos, para así comprobar cuál es la labor de cada uno o recordársela a alguien en caso de evasión de responsabilidad.

Es muy importante que las funciones de colaboradores sean asignadas de forma consensuada. Dichas funciones deberán rotar con cierta regularidad (dejando el tiempo suficiente para aprender a realizar bien esa tarea), dejando así que los niños aprenden a realizar distintas tareas y adquieran diversas responsabilidades.



ESCRIBE A CONTINUACIÓN POSIBLES TAREAS QUE NECESITE DE COLABORADOR EN TU HOGAR

TAREA	COLABORADOR

Las rutinas

Las rutinas son tareas que se realizan de manera habitual, que siguen una secuenciación y que tienen unos pasos claramente marcados.

Todas las rutinas han de ser enseñadas y practicadas de manera continuada.

Las rutinas establecen un ritmo y patrón de actuación tanto en el hogar como en el colegio o cualquier otro espacio cercano al niño.

Además, facilitan que las tareas diarias se realicen de manera más eficiente. Así mismo, fomentan la responsabilidad del menor hacia su tarea.

También, las rutinas crean una sensación de confianza, seguridad y predictibilidad, ya que conocen todo el proceso y sucesión de las acciones que van a tener lugar.

Más allá de esto, las rutinas favorecen la reducción de conflictos, ya que se acaba la lucha de poder al ser los niños partícipes de la elección de secuencia de tareas que han de realizar. Aún así, hay que ser flexible y tener en cuenta el estado de ánimo, el momento del día...

TABLA DE RUTINAS

La tabla de rutinas es un recurso muy útil para recordar al niño la secuencia de acciones que completan su rutina y por lo tanto que ha de realizar.



Pautas acordadas

Las reglas tradicionales que todos hemos conocido y nos hemos vistos obligados a cumplir plantean 4 desafíos:

1. Son impuestas de manera vertical.
2. Están desconectadas de la responsabilidad personal.
3. No son un documento "vivo" abierto a cambio. Son inflexibles.
4. No enseñan a hacerse consciente del propio comportamiento.

Es por ello que en la Disciplina Positiva se usa la palabra "pautas" para diferenciar de las reglas de manera intencionada.

Las pautas han de ser establecidas en grupo teniendo en cuenta la opinión de todos. Esto crea un visión compartida, lo que facilita que todos sean más responsables y conscientes de la necesidad de cumplir dichas pautas. Además, al haber sido acordadas por todos los miembros de la familia, las consecuencias por incumplirlas no debería suponer un conflicto grave.

Las pautas deben ser revisadas, ya que ha de ser un documento flexible y sujeto a posibles modificaciones.

Las pautas han de ser: POCAS, CLARAS y CONSISTENTES.

ESCRIBE A CONTINUACIÓN PAUTAS QUE TE GUSTARÍA QUE SE ESTABLECIERAN EN TU HOGAR

-
-
-
-

13

Antecedentes de una conducta

Se denomina antecedente de una conducta a aquello que desencadena o provoca esta misma con el fin de alcanzar alguna meta.

Por ello, cuando se quiere cambiar un conducta se debe analizar el ambiente en el que acontece.

Si se cambia o se anticipan los antecedentes entonces la conducta del niño variará. Así se podrán introducir o alterar los antecedentes que desencadenan conductas positivas.

Definición concreta de una conducta

La definición de una conducta ha de ser una descripción precisa para así poderla identificar, medir o contar de una forma inequívoca.

Para que una conducta esté definida de una forma concreta se debe especificar:

- * **QUÉ ocurre:** de manera objetiva
- * **CUÁNDO ocurre:** ambiente/antecedente
- * **CUÁNTO ocurre:** nº de veces



14

Metas equivocadas

Al igual que detrás de todo crimen hay un móvil, detrás de toda conducta hay una meta.

Todas y cada una de las acciones de los niños, al igual que las de los adultos, tiene un porqué.

Por eso, siempre hay que analizar qué pretende el niño con el comportamiento que está teniendo.

Los niños no tienen las herramientas suficientes para comunicar sus necesidades de manera adecuado, por eso, en ocasiones, establecen una meta equivocada para así dar respuesta a su necesidad.

Ej: *Miguel tiene necesidad de pertenencia, quiere que sus padres se fijen en él. Miguel se ha dado cuenta que cuando dice palabrotas recibe la atención de sus padres, consiguiendo así su meta, pero de una forma equivocada.*

La Disciplina Positiva diferencia 4 metas equivocadas que el niño puede llegar a establecer para garantizar la solución de sus necesidades.

- 1 **ATENCIÓN EXCESIVA**
- 2 **PODER MAL ACONSEJADO**
- 3 **VENGANZA**
- 4 **DEFICIENCIA ASUMIDA**

En la siguiente tabla se resumen las respuestas que dan los adultos a cada tipo de meta, las creencias detrás de cada una, el mensaje implícito en la actitud del niño, y la manera correcta de actuar frente a estas situaciones.

Tabla de las metas equivocadas

La meta del niño es:	Si el padre/maestro se siente:	Y tiende a reaccionar:	Y si la respuesta del niño es:	La creencia detrás del comportamiento del niño es:	Mensaje tácito:	Las respuestas productivas y estimulantes de padres/maestros incluyen:
Atención excesiva (para mantener ocupados a los demás u obtener servicio especial)	Fastidiado, irritado, preocupado, culpable	Con advertencias, ruegos haciendo cosas que el niño puede realizar por sí mismo	Detenerse momentáneamente y más tarde retomar la misma u otra conducta inadecuada.	Yo cuento (pertenecesco) solo cuando notas mi presencia o cuando obtengo un servicio especial, soy importante únicamente cuando te mantengo ocupado conmigo	Date cuenta de mí – Incluyeme de tal forma que me sienta útil	"Te amo y ...". (por ejemplo: "me importas y te dedicaré tiempo más tarde"; distraiga al niño involucrándolo en una actividad útil; no le dé servicios especiales; diga las cosas una sola vez y después actúe; planee momentos especiales; establezca rutinas; ómese el tiempo para entrenar al niño; organice reuniones familiares/de sala de clase; toque sin hablar; establezca señales no verbales.
Poder mal aconsejado (ser el jefe)	Provocado, desafiado, amenazado, derrotado	Luchando, riñéndose, pensando: "No te puedes salir con la tuya" o "Te obligaré a hacerlo," queriendo tener la razón	Intensificar su conducta inadecuada, complacer de forma desafiante, sentir que ganó cuando el padre/maestro está alterado, ejercer poder pasivo.	Yo cuento solo cuando soy el jefe o tengo el control, o puedo hacer que nadie me mande: "No puedes obligarme." Solo pertenezco cuando tengo el mando.	Déjame ayudar – Dame opciones	Redirija el poder positivo pidiéndole ayuda al niño; reconozca que no puede forzar al niño y pídales su ayuda; no pelee y no se rinda; sea firme y cordial; actúe; no hable; decida lo que hará usted; deje que las rutinas manden; desarrolle respeto mutuo; dé opciones limitadas; pídale al niño su ayuda para establecer algunos límites razonables; lleve a cabo lo acordado; estimule; cambie la dirección del poder hacia algo positivo; utilice reuniones familiares/de salón de clase; retírese del conflicto; salga y cálmese.
Venganza (desquitarse)	Lastimado, decepcionado, irredelible, disgustado	Con represalias, desquitándose, pensando: "¿Cómo pudiste hacerme esto a mí?"	Tomar represalias, lastimar a otros, destruir cosas, desquitarse; intensificar la misma conducta o elegir otra arma.	Creo que no cuento, por lo tanto, lastimo a los demás porque yo me siento herido; no puedo ser aceptado ni amado. No creo que pertenezco, por lo cual voy a herir a otros ya que yo me siento herido.	Me siento dolido: Valida mis emociones	Reconozca que el niño se siente dolido: "Tu conducta me dice que te sientes lastimado. Podemos hablar de eso?" Evite los castigos y represalias, fomente la confianza; escuche reflexivamente; para como se siente usted; haga gestos de reconciliación; demuestre su cariño; actúe en vez de hablar; note de forma positiva lo que el niño domina o hace bien; ponga a todos los niños hermanos en la misma situación; utilice reuniones familiares/de salón de clase.
Deficiencia asumida (darse por vencido y que lo dejen en paz)	Desesperado, perdido, inútil, deficiente	Dándose por vencido, haciendo las cosas por el niño, sobreprotegiéndolo	Volver a intentar en el futuro ser pasivo, no mejorar, no responder. Se ensimismó o abstrae más	No creo que pueda pertenecer, por lo tanto, convengo a los demás de que no esperen nada de mí. Soy inútil e incapaz; no vale la pena que intente nada porque no haré nada bien.	No te des por vencido conmigo. Muestrame un paso pequeño que puedo tomar	Ofrezca pequeños pasos; evite toda crítica; anime cualquier intento positivo del niño, por más pequeño que sea; confíe en las habilidades del niño; enfóquese en lo que hace bien; no le tenga lástima; no se rinda; establezca oportunidades para que el niño tenga éxito; enseñe habilidades; enséñele cómo hacerlo, pero no lo haga por él; disfrute de la compañía del niño. Anime, anime, anime; utilice reuniones familiares/de salón de clase.

© Adaptado de *Disciplina Positiva* por Jane Nelsen 2001. Traducción: Norma Ruiz. Título original en inglés: *Positive Discipline*, Jane Nelsen Ballantine Books 2006

Reuniones de Familia

La clave de una buena convivencia es la comunicación. Por ello, hay que reservar momentos específicos para hablar como familia y poner en común sentimientos, problemas y pasar tiempo de calidad juntos.

Todo esto nos lo brindan las Reuniones de Familia.

Estas reuniones tienen cuatro propósitos:

1. Verbalizar reconocimientos.
2. Brindar ayuda mutua.
3. Encontrar soluciones a problemas.
4. Planificar actividades y eventos que disfrutar todos juntos.

Se recomienda reservar algún cuaderno a modo de agenda de reuniones. En él se anotarán las fechas de las reuniones, los problemas que hay que tratar en cada una, las soluciones que se encontraron a dichos problemas, las actividades que se escogieron para pasar tiempo de calidad juntos...



Las Reuniones de Familia tienen la siguiente estructura:

— RECONOCIMIENTOS

— SEGUIMIENTO DE SOLUCIONES ANTERIORES

Se revisan las soluciones encontradas en anteriores reuniones para comprobar si están funcionando o no.

— PUNTOS DE LA AGENDA

En este momento se revisará la agenda familiar para empezar a tratar los problemas que se habían anotado. Se podrán compartir sentimientos, debatir sin resolver o pedir ayuda para encontrar una solución. La solución final deberá ser elegida por la persona que quiso incluir en la agenda el problema.

— ACTIVIDAD DE CIERRE O PLANIFICACIÓN DE EVENTO

Con el objetivo de compartir más momentos en familia

Acompañamiento de RABIETAS

Cuando un niño tiene una emoción muy fuerte que no es capaz de comunicar y no puede autocontrolarse, entonces, tiene una rabieta.

En ese momento lo último que necesita ese niño es un grito, ser ignorado o que su problema se infravalore. Nosotros, los adultos, debemos limitarnos a acompañarles en esa situación.

¿Y cómo se hace esto? ¡Pues muy sencillo!



- Mantén un tono de voz suave y sereno.
- Sé ejemplo de gestión de emociones.
- Sé firme en los límites desde el amor.
- Respeta su tiempo y espacio.
- Valida emociones y empatiza.
- Ofrece opciones para canalizar la rabia.
- Ponte a la altura del niño. Mírale a los ojos.
- Habla solo cuando estés preparado para escuchar.
- Ofrece tu ayuda, no un sermón.

Recuerda cómo funcionan las neuronas espejo, pueden ser nuestras aliadas en estos casos. El niño poco a poco se irá contagiando de nuestra actitud poniendo fin así a la rabieta.

Tiempo fuera positivo

Como acabamos de aprender, en ocasiones los niños no son capaces de gestionar sus emociones y esto puede derivar en un rabieta.

Ya sabemos cómo se debe acompañar una rabieta, pero también es muy importante saber dónde se va a acompañar.

En todas las aulas tenemos un espacio relajante determinado de manera estable, el Rincón de la Calma. Cuando los alumnos están alterados, nerviosos, incómodos, en definitiva con el cerebro desintegrado, les invitamos a retirarse a ese lugar para poder autoregularse. En ese rincón hay una serie de herramientas que facilitan la reintegración del cerebro. Algunos de estos objetos son: un peluche, un palo de lluvia, cascotes aislantes de ruido, mandalas para colorear...

Es recomendable que este espacio también sea creado en algún lugar del hogar, para que puedan practicar la autorregulación y los adultos puedan acompañar una rabieta en un lugar adecuado.

Sin embargo, las rabietas no siempre se dan en casa, en muchas ocasiones acontecen fuera de esta, por lo que tenemos que tener también alguna estrategia para hacer frente a estas situaciones.



Un lugar muy concurrido, agobiante y abrumante no es el mejor espacio en el que acompañar una rabieta, es por ello que la Disciplina Positiva defiende el guiar al niño a un lugar más retirado, tranquilo y acogedor. A esta práctica es a la que se denomina tiempo fuera positivo.

Preguntar vs Decir

Siempre hay formas y formas de comunicar las cosas.

La Disciplina Positiva mantiene que para comunicar de una forma efectiva una instrucción, un recordatorio, etc. es mejor formularlo de manera interrogativa que de manera imperativa.

EJEMPLOS:



LLEVA TU PLATO.



¿A DÓNDE VA ESE PLATO?



COLOCA BIEN LA SILLA.



AHORA QUE HAS TERMINADO DE COMER ¿QUÉ PUEDES HACER CON TU SILLA?



PONTE EL ABRIGO.



¿QUÉ NECESITAS ANTES DE SALIR?



GUARDA SILECIO.



¿QUÉ HAY QUE HACER MIENTRAS OTRO HABLA PARA PODER ESCUCHARLE BIEN?



Molestias y Deseos

Es normal que ciertas actitudes, costumbres o manías de las personas con las que más convivimos nos lleguen a molestar o irritar.

Ante esta situación solemos, o bien expresar la molestia de una forma inadecuada (gritando, regañando...) o bien prescindimos de comunicarlo creando así en nuestro interior un poso de malestar que va aumentando y aumentando pudiendo ser, a la larga, fuente de grandes discusiones.

Por ello, es esencial conocer la manera adecuada de comunicar nuestras molestias y el deseo vinculado a estas.

La Disciplina Positiva propone una expresión simple y sencilla de utilizar que puede extrapolarse a cualquier situación.

"ME MOLESTA CUANDO..... ME GUSTARÍA QUE....."

Si los niños tienen como referentes a adultos que comunican así sus molestias, se acabarán acostumbrando a utilizar ellos también esta estrategia.

Por último, hay que enseñarles respuestas respetuosas con las que contestar, o incluso a comunicar de vuelta una molestia.

"Lo siento"

"Gracias por decírmelo"

"No sabía que te molestaba"

"Lo pensaré"

Validar emociones

Algo inherente al ser humano es que es un ser sensible, con sentimientos y emociones.

Cuando eres pequeño tienes menos estrategias para autocontrolar e identificar tus emociones.

Por ello es importante que los adultos enseñemos a los más pequeños a gestionar sus emociones.

Una de las estrategias propia de la Disciplina Positiva que nos ayuda en esta labor es la validación de emociones.

Validar una emoción es aceptarla sin juzgarla o querer modificarla. Se trata de empatizar con el otro y darle importancia a sus emociones.

VALIDAR

- Prestar atención, escuchar activamente al otro, mirarle a los ojos.
- Aceptar con mente abierta la experiencia emocional del otro.
- Identificar las emociones del otro y dar una respuesta empática.
- Aconsejar solo si lo han pedido.
- Ofrecer compañía y ayuda.

INVALIDAR

- Restar importancia a la emoción del otro.
- Comunicar que lo que siente es incorrecto.
- No aceptar la experiencia emocional del otro.
- Comparar emociones propias en esa situación con las del otro.
- Ignorar los sentimientos del otro.

EJEMPLO DE VALIDACIÓN EMOCIONAL:

"Jesús, entiendo que estés triste y enfadado con tu hermano por romperte el juguete. Sabes que me tienes aquí para darte un abrazo o hablar sobre lo que te pasa. Creo que podemos llegar a solucionar esta situación sin necesidad de pegar a tu hermano, ¿quieres que te ayude? ¿intentamos arreglarlo juntos o buscar la manera de solucionar el problema?"

EJEMPLOS DE FRASES QUE SÍ VALIDAN LAS EMOCIONES

VEO QUE TE
SIENTES
POR ESTO

TE
ENTIENDO

LLORA SI LO
NECESITAS

ESTOY
AQUÍ
PARA
TI

ENTIENDO PORQUÉ ESTO
SIGNIFICA TANTO PARA TI

¿CÓMO
PUEDO
AYUDARTE?

Alentar

Alentar es transmitir un mensaje verbal o no verbal que pretende infundir ánimo o reconocimiento al niño.

Alentar no es lo mismo que elogiar, ya que una palabra de aliento no incluye juicio, no cuenta con palabras como "bueno", "mejor"...

El aliento no es comparativo e invita a la motivación interna. De esta forma, el aliento mejora la confianza en uno mismo y la autoestima al motivar al locus interno a seguir esforzándose. También conlleva una autoreflexión y autoevaluación.

El aliento es más efectivo cuando se expresa en privado. Y puede ser utilizado incluso cuando las cosas no van según esperado. Además, hace que los niños se sientan valiosos sin necesidad de aprobación de otros.

EJEMPLOS DE FRASES DE ALIENTO

GRACIAS POR...

CONFÍO EN TI

TE QUIERO TAL Y
COMO ERES

VEO QUE TE HAS
ESFORZADO

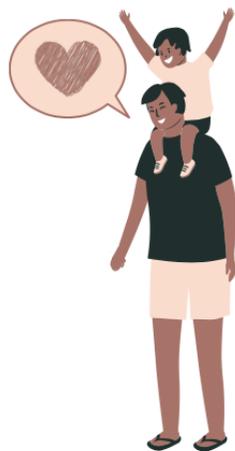
Refuerzo verbal

El refuerzo verbal es un mensaje oral que anima al niño a volver a repetir la conducta realizada y por la cual recibe la atención y la aprobación del adulto.

- 1 POSITIVO:** Que proporcione al niño algo gratificante.
- 2 ESPECÍFICO:** Sé claro
- 3 INMEDIATO:** Justo después de la conducta deseada.
- 4 HACIA EL ESFUERZO:** No debe hacerse alusión a la inteligencia
- 5 SIN COLETILLAS:** No añadir al final de la frase matices negativos, despectivos etc.
- 6 FRECUENTE:** Con cierta regularidad

ESCRIBE ALGÚN EJEMPLO DE UN BUEN REFUERZO VERBAL

*
*
*



25

El error

Desde la Disciplina Positiva el error es concebido como una oportunidad para aprender. Es muy importante trabajar sobre error, ya que reconocerlo y repararlo es una herramienta fundamental del aprendizaje. Si los niños son capaces de ver el error desde esta visión entonces serán menos propensos a mentir, culpar, frustrarse...

Los adultos debemos ser ejemplo de aceptación de los errores. Los niños han de tener modelos que se equivoquen y no se mortifiquen por ello, sino que intenten enmendar su error.

Se debe evitar en todo momento que el niño confunda el "cometí un error" con "soy un error/vago/tonto...".

CORREGIR EL ERROR CON LA TÉCNICA SANDWICH



Esta estrategia nos ayuda a comunicar un error desde un punto de vista más amable y gracias a la cual el error llega a ser percibido como una oportunidad de mejora, no como un fracaso.

Esta técnica utilizar la combinación de 3 oraciones y comunica un error precedido de un acierto y seguido de mensaje alentador.

ACIERTO • *Miguel qué bien has hecho tu cama.*

ERROR • *Uy mira esos cojines en el suelo, es mejor colocarlos en la cama una vez esté hecha.*

ALIENTO • *Sé que la próxima vez no se te olvidará colocarlos, te has esforzado mucho.*

ESCRIBE UN EJEMPLO UTILIZANDO LA TÉCNICA SÁNDWICH

26

Lista 4: carrera de fondo

Nuestra labor de educar a los más pequeños de la casa no es una tarea fácil, sino que más bien es una carrera de fondo, y como buenos atletas debemos siempre tener a mano unas buenas deportivas, una botella de agua, una buena alimentación, un entrenamiento diario...

Escribe a continuación esas estrategias que has aprendido que pueden ayudarte para completar con éxito tu carrera de fondo y llegar victorioso a la meta final.

- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____
- * _____

Anímate a recurrir a ellas siempre que tengas la oportunidad.

No pasa nada si al principio te cuesta más, es normal, pero con la práctica todo se consigue

Anotaciones personales

Anotaciones personales

Bibliografía

- Aldort, N. (2009). *Aprender a educar sin gritos, amenazas ni castigos*. Medici.
- Disciplina Positiva España. (s.f.). *¿Qué es la Disciplina Positiva?* Disciplina Positiva España <https://disciplinapositivaespana.com/que-es-la-disciplina-positiva/>
- Duffy, R.A., Erwin, C. y Nelsen, J. (2014). *Disciplina positiva para preescolares: educar niños responsables, respetuosas y capaces*. Medici
- Fundación Botín. (2020, noviembre 30). *¿Cómo se promueve la responsabilidad y la autonomía de los niños?* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=GoWrUUJbmG0>
- Fundación Botín. (2020, diciembre 9). *Resumen: "Disciplina positiva, educar con afecto y firmeza" | Fund. Botín - Fund. Edelvives* [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=XRR-_iXxL7c
- Iglesias, I. (2020, diciembre 15). *Cómo concebimos el error*. Disciplina Positiva España. <https://disciplinapositivaespana.com/como-vivimos-los-errores/>
- Martitegui, A. (2021, diciembre 2). *Marisa Moya, impulsora de la disciplina positiva: "El gran problema de los niños somos los adultos"*. NIUS. https://www.niusdiario.es/salud-y-bienestar/coaching/entrevista-marisamoya-impulsora-disciplina-positiva-espana-problema-ninos-son-adultos_18_3243721257.html
- Moya, M. (2020, abril). *Hablamos de Disciplina Positiva con Marisa Moya, educadora, psicóloga y directora de la Escuela Infantil Gran Vía*. *Revista Educación* 3.0, 37, 88-91
- Nelsen, J. (2007). *Cómo educar con firmeza y cariño*. Medici
- Payne, T. y Siegel, D.J. (2014). *Disciplina sin lágrimas: Una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo*. Ediciones B
- Vega, L. G. (2020). *Castigar no es educar: Todas las ventajas de la Disciplina Positiva*. La Esfera de los Libros.
- Seisdedos, J. (2021, febrero 17). *Disciplina positiva en esencia*. Disciplina Positiva España. <https://disciplinapositivaespana.com/disciplina-positiva-en-esencia/>

ANEXO 2: Rúbricas de evaluación de cada sesión

Categoría	4	3	2	1	Ptos.
Tiempo	La duración planteada era realista. Se pudieron realizar todas las actividades sin prisas ni sobró tiempo.	Se pudo cumplir el horario, aunque realizando algún ajuste de tiempos para cada actividad.	La planificación de la sesión se pudo seguir pero solo gracias a notables ajustes en los tiempos destinados para cada actividad.	No se pudo seguir el horario establecido, puesto que en muchas ocasiones o bien sobraba o bien faltaba tiempo. Esto impidió una secuenciación y desarrollo correcto de las actividades.	
Material	Todo el material estaba en perfecto estado, actualizado y sencillo de usar/manipular. El material era variado y ayudaba en todo momento a comprender los contenidos. El material escrito no tenía ninguna errata y era claro.	Todo el material estaba en buen estado, actualizado y sencillo de usar/manipular. El material facilitaba la comprensión de los contenidos. El material escrito era claro aunque tenía alguna errata.	El material tenía algún desperfecto y hubo ciertos problemas para utilizarlo. El material escrito tenía bastantes erratas. No facilitaba de manera notable la comprensión de la información.	El material era insuficiente, estaba en mal estado o no se podía utilizar. El material escrito estaba mal redactado, lo que impidió la comprensión de lo que se quería transmitir.	
Participación	La participación de los asistentes ha sido alta. Estaban implicados en las actividades y preguntaban dudas. La gran mayoría compartió reflexiones personales.	La participación de los asistentes fue buena. Un grupo considerable de participantes estaba implicado, preguntaba y compartía.	Se podía identificar claramente que tan solo un grupo reducido de asistentes participaba en las actividades. En varias ocasiones no había voluntarios y se tenían que elegir al azar a las personas necesarias para continuar con la actividad.	Casi no había participación voluntaria por parte de los asistentes. En los momentos de compartir solo alguna persona contada intervino. Había poca implicación y motivación por parte del grupo.	
Actividades	Todas las actividades eran coherentes con lo que se estaba realizando en la sesión y facilitaban la comprensión y aplicación de los contenidos. Eran motivadoras, variadas y atractivas	La gran mayoría de las actividades eran acertadas puesto que complementaban bien a los contenidos teóricos.	Las actividades eran algo repetitivas y en algunas ocasiones podían llegar a causar confusión a los asistentes.	Las actividades estaban desconectadas de los contenidos e impedían la comprensión de estos.	
Comentarios					

ANEXO 3: Mensajes neuronas espejo (S2)

"Todavía no has recogido tu cuarto"

Muy enfadado, tono elevado

"Todavía no has recogido tu cuarto"

Amable, tono suave

"Ya sé que no te gustan los guisantes, pero esto es lo que hay de comer"

Agresivo, crispado

"Ya sé que no te gustan los guisantes, pero esto es lo que hay de comer"

Empatizado

"Ya se terminó el tiempo de jugar"

Gritando

"Ya se terminó el tiempo de jugar"

Calmado

"No salpiques más agua"

Irritado

"No salpiques más agua"

Sosegado

"Es muy tarde, tendrías que estar ya en la cama"

Enfadado, tono elevado

"Es muy tarde, tendrías que estar ya en la cama"

Tranquilo, aconsejando

ANEXO 4: Plantilla de Tabla de Rutinas (S2)

La plantilla está disponible en tamaño A4, junto con sus instrucciones y ejemplos de imágenes de tareas, en una de las entradas del padlet asociado a esta propuesta.

<https://padlet.com/disciplinapositivaPalomaRivadelaHoz/DISCIPLINAPOSITIVA>

MI RUTINA

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

□ □ □ □ □ □ □ □

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲

ANEXO 5: Casos antecedentes de conductas (S3)

La tía de Daniela la lleva de la zona de juegos al baño porque toca asearse.
Daniela se enfada y tiene una rabieta.

A Ana no le gusta el puré que hay para cenar. Su abuelo ya cansado la lleva del salón a la cocina, un lugar más tranquilo porque no se oye la tele de fondo, para intentar que la niña se termine la cena. Entonces Ana tiene una rabieta.

Paula y su papá están practicando lectura en el sofá tranquilos.
Mamá llega de trabajar y papá le pregunta qué tal le ha ido el día y se ponen a charlar.
Paula rompe el libro que tenía en las mano.

Javier pega a su hermano Jose mientras este charla con papá.
Mamá no entiende nada porque minutos antes estaban jugando juntos tan tranquilos y Jose asegura que no le ha hecho nada al pequeño Javier.

La abuela está poniendo los leotardos rojos a Alicia para salir a la calle, hace mucho frío como para solo ponerse unos calcetines. Alicia de pronto se enfada y araña a la abuela

ANEXO 6: Tabla de metas equivocadas (S3)

La meta del niño es:	Si el padre/maestro se siente:	Y tiende a reaccionar:	Y si la respuesta del niño es:	La creencia detrás del comportamiento del niño es:	Mensaje tácito:	Las respuestas productivas y estimulantes de padres/maestros incluyen:
Atención excesiva (para mantener ocupados a los demás u obtener servicio especial)	Fastidiado, irritado preocupado, culpable	Con advertencias, ruegos haciendo cosas que el niño puede realizar por sí mismo	Detenerse momentáneamente y más tarde retomar la misma u otra conducta inadecuada.	Yo cuento (pertenazgo) sólo cuando notas mi presencia o cuando obtengo un servicio especial, soy importante únicamente cuando te mantengo ocupado conmigo	Date cuenta de mí – Inclúyeme de tal forma que me sienta útil	“Te amo y ____.” (por ejemplo: “me importas y te dedicaré tiempo más tarde.”); distraiga al niño involucrándolo en una actividad útil; no le dé servicios especiales; diga las cosas una sola vez y después actúe; planee momentos especiales; establezca rutinas; tómese el tiempo para entrenar al niño; organice reuniones familiares/de sala de clase; toque sin hablar; establezca señales no verbales.
Poder mal aconsejado (ser el jefe)	Provocado, desafiado, amenazado, derrotado	Luchando, rindiéndose, pensando: “No te puedes salir con la tuya” o “Te obligaré a hacerlo,” queriendo tener la razón	Intensificar su conducta inadecuada, complacer de forma desafiante, sentir que ganó cuando el padre/maestro está alterado, ejercer poder pasivo.	Yo cuento sólo cuando soy el jefe o tengo el control, o puedo hacer que nadie me mande: “No puedes obligarme.” Sólo pertenezco cuando tengo el mando.	Déjame ayudar – Dame opciones	Redirija el poder positivo pidiéndole ayuda al niño; reconozca que no puede forzar al niño y pídale su ayuda; no pelee y no se rinda; sea firme y cordial; actúe, no hable; decida lo que hará usted; deje que las rutinas manden; desarrolle respeto mutuo; dé opciones limitadas; pídale al niño su ayuda para establecer algunos límites razonables; lleve a cabo lo acordado; estimule; cambie la dirección del poder hacia algo positivo; utilice reuniones familiares/de salón de clase; retírese del conflicto; salga y cálmese.
Venganza (desquitarse)	Lastimado, decepcionado, incrédulo, disgustado	Con represalias, desquitándose, pensando: “¿Cómo pudiste hacerme esto a mí?”	Tomar represalias, lastimar a otros, destruir cosas, desquitarse, intensificar la misma conducta o elegir otra arma.	Creo que no cuento, por lo tanto, lastimo a los demás porque yo me siento herido, no puedo ser aceptado ni amado. No creo que pertenezco, por lo cual voy a herir a otros ya que yo me siento herido.	Me siento dolido; Valida mis emociones	Reconozca que el niño se siente dolido: “Tu conducta me dice que te sientes lastimado. ¿Podemos hablar de eso?” Evite los castigos y represalias, fomente la confianza, escuche reflexivamente, comparta cómo se siente usted, haga gestos de reconciliación, demuestre su cariño, actúe en vez de hablar, note de forma positiva lo que el niño domina o hace bien; ponga a todos los niños/hermanos en la misma situación; utilice reuniones familiares/de salón de clase.
Deficiencia asumida (darse por vencido y que lo dejen en paz)	Desesperado, perdido, inútil, deficiente	Dándose por vencido, haciendo las cosas por el niño, sobreprotegiéndolo	Volver a intentar en el futuro ser pasivo, no mejorar, no responder. Se ensimisma o abstrae más	No creo que pueda pertenecer, por lo tanto, convenzo a los demás de que no esperen nada de mí. Soy inútil e incapaz; no vale la pena que intente nada porque no haré nada bien.	No te des por vencido conmigo, Muéstrame un paso pequeño que puedo tomar	Ofrezca pequeños pasos; evite toda crítica; anime cualquier intento positivo del niño, por más pequeño que sea; confíe en las habilidades del niño; enfóquese en lo que hace bien; no le tenga lástima; no se rinda; establezca oportunidades para que el niño tenga éxito; enséñele habilidades/enséñele cómo hacerlo, pero no lo haga por él; disfrute de la compañía del niño. Anime, anime, anime; utilice reuniones familiares/de salón de clase.

ANEXO 7: Partes de la reunión de familia (S4)

Se deberá imprimir una copia por trío.

**RECONOCIMIENTOS,
AGRADECIMIENTOS Y APRECIACIONES**

**SEGUIMIENTO DE LAS
SOLUCIONES ANTERIORES**

a) COMPARTIR SENTIMIENTOS

b) DEBATIR SIN RESOLVER

**c) PEDIR AYUDA PARA
RESOLVER UN PROBLEMA**

PLANEAR ACTIVIDAD DIVERTIDA

CIERRE

DIPLOMA DE PARTICIPACIÓN

Concedido a

por haber asistido a la formación de la escuela de familias sobre

DISCIPLINA POSITIVA

en el centro educativo _____ en el año _____

