



TRABAJO FIN DE GRADO

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Proyecto de Innovación Educativa para 3º de Educación Infantil: programa de Disciplina Positiva en el aula para el desarrollo de habilidades socioemocionales

Doble grado en Educación Primaria e Infantil

Alumno: Paula Nieto Díaz

Director: Jorge Torres Sánchez

Curso: 5º (curso 2022-23)

Fecha: Abril 2023



Proyecto de Innovación Educativa para 3º de Educación Infantil: programa de Disciplina Positiva en el aula para el desarrollo de habilidades socioemocionales

“Crecer como ser humano requiere el coraje de ser imperfecto”

Alfred Adler

ÍNDICE

RESUMEN	6
PALABRAS CLAVE	6
ABSTRACT	6
KEY WORDS	7
ABREVIATURAS	7
PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO	8
Introducción	8
Justificación del tema elegido	8
MARCO TEÓRICO	10
PROPUESTA DE INNOVACIÓN	20
Presentación.....	20
Objetivos de la propuesta	22
Contexto en el que se aplicaría.....	23
Metodología y recursos.....	24
Cronograma.....	32
Actividades	33
Actividades para el desarrollo de habilidades de autogestión y autorregulación	35
Actividades para el desarrollo del lenguaje y la comunicación positiva.....	46
Evaluación de la propuesta.....	52
CONCLUSIONES	57
BIBLIOGRAFÍA	58
ANEXOS	60
Anexo 1: Recursos actividad 1	60
Anexo 2: Recursos actividad 2.....	61
Anexo 3: recursos actividad 3	64

Anexo 4: recursos actividad 5	67
Anexo 5: recursos actividad 6	68
Anexo 6: recursos actividad 7	69
Anexo 7: recursos actividad 8	71

RESUMEN

El presente Trabajo Fin de Grado consiste en una propuesta de innovación para 3º de Educación Infantil basada en la metodología de Disciplina Positiva con la que se pretende conseguir el desarrollo de habilidades socioemocionales. Para ello se ha investigado esta metodología a fondo, y se ha elaborado una serie de conclusiones acerca de los beneficios que tiene tanto en las personas que la aplican como en las que la reciben. En base a esto, se han elaborado un total de 8 actividades motivadoras con las que se pretende conseguir en los alumnos destrezas de autorregulación y destrezas basadas en la comunicación positiva.

El objetivo de la propuesta es conseguir a través de esta metodología innovadora una gestión adecuada y autónoma del conflicto por parte de los alumnos. Además, este proyecto permitirá mejorar el clima de aula, creando un sentido de conexión y cooperación entre el maestro, los alumnos y las familias.

En definitiva, esta propuesta ofrece una visión alternativa a un problema actual en las aulas, usando una metodología basada en el respeto, la amabilidad y la firmeza.

PALABRAS CLAVE

Disciplina Positiva, autoestima, Educación Infantil, respeto, firmeza, clima, habilidades socioemocionales

ABSTRACT

This Final Degree Project consists of an innovation proposal for 3rd year of Infant Education based on the Positive Discipline methodology which aims to achieve the development of socio-emotional skills. To this end, this methodology has been thoroughly researched, and a series of conclusions about the benefits it has for both those who apply it and those who receive it have been drawn. Based on this, a total of 8 motivational activities have been developed with the aim of achieving in students self-regulation skills and skills based on positive communication.

The aim of the proposal is to achieve through this innovative methodology an adequate and autonomous conflict management by the pupils. In addition, this project will

improve the classroom environment, creating a sense of connection and cooperation between the teacher, students and families.

In conclusion, this proposal offers an alternative vision to a current problem in the classroom, using a methodology based on respect, kindness and firmness.

KEY WORDS

Positive Discipline, self-esteem, pre-school, respect, assertiveness, environment, socio-emotional skills.

ABREVIATURAS

- AACC: Altas capacidades
- ABP: Aprendizaje basado en proyectos
- DP: Disciplina Positiva
- DSM5: Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales 5ª edición
- PEC: Proyecto educativo de centro
- TDAH: Trastorno por déficit de atención e hiperactividad

PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO

Introducción

El presente Trabajo de Fin de Grado se ha elaborado con la intención de ofrecer una propuesta de innovación educativa basada en la Disciplina Positiva para desarrollar una serie de habilidades interpersonales e intrapersonales en tercer curso de Educación Infantil.

Este trabajo sigue una estructura diferenciada que comienza con el marco teórico, en el que se aborda principalmente los orígenes y bases de la Disciplina Positiva. En este apartado se pretende ofrecer al lector una visión completa sobre cómo surge esta metodología y qué efectos tiene en los sujetos que la aplican y que la reciben. Además del recorrido histórico, también se incluyen las bases neurocientíficas de esta filosofía educativa, así como una breve comparación con la disciplina tradicional basada en el castigo y premios. Siguiendo con este apartado encontraremos algunos conceptos básicos de esta disciplina como “las metas equivocadas” o la importancia del papel del maestro en esta filosofía educativa.

Después del marco teórico se encuentra la propuesta de innovación en su conjunto. En ella se explican todas las actividades que van a llevarse a cabo en el proyecto, junto con su contextualización, recursos y metodología y cronograma del mismo. Al final de la propuesta encontraremos la evaluación del proyecto, que se centra tanto en el alumno como en la autoevaluación docente.

Finalmente encontraremos el apartado de conclusiones en el que se pretende hacer una reflexión final sobre las fortalezas y debilidades del proyecto.

Justificación del tema elegido

La decisión de escoger la Disciplina Positiva como base para esta propuesta de innovación reside en la experiencia que tuve el año pasado en un centro de prácticas en Escocia. En enero de 2022 tuve la oportunidad de hacer prácticas internacionales en un colegio de Educación Primaria en Edimburgo y ahí descubrí lo que era la Disciplina Positiva ya que el centro la aplicaba y formaba el pilar fundamental del proyecto educativo. Los niños aprendían también a través de metodologías como

“Play based learning” pero realmente la Disciplina Positiva creaba un ambiente de cooperación y amabilidad considerable. Los alumnos de este centro ponían en práctica la DP en sus vidas gracias a que también la mayoría de las familias la trabajaban en casa. En resumen, pude experimentar los resultados de este método en primera persona y me impresionó la calma y la firmeza de esta disciplina.

Además de que el centro aplicara la DP, el Council de Edimburgo tiene diseñado un programa llamado *“Building Resilience”* para primaria en el que se enseña a los niños diferentes herramientas para promocionar el bienestar emocional, mental, social y físico. Este programa es impartido en todas las escuelas públicas de la ciudad y cuenta con 10 temas principales que se trabajan a lo largo de todo el curso escolar en las asambleas, lecciones de clase, en el día a día. Los niños aprenden a usar vocabulario asertivo, a ser resilientes y a gestionar sus conflictos de forma autónoma y respetuosa. Este programa me cautivó desde el momento en el que me lo presentó mi tutora del centro de prácticas y muchas de las actividades que se trabajan en este programa de innovación están inspiradas en él.

Tras un poco de investigación en el método y varias charlas formativas en esta disciplina, me he dado cuenta de la importancia que tiene en la escuela un cambio de paradigma en lo que respecta a la autoridad y el como se enseña el respeto, ya que desgraciadamente muchos siguen pensando que el castigo y la firmeza autoritaria son las únicas herramientas posibles para gestionar el conflicto o los comportamientos inadecuados. Realmente el problema del sistema tradicional de control de la conducta es que percibe al individuo como el problema y no concibe factores como el ambiente o la falta de habilidades como parte del problema.

Hoy en día yo misma aplico la Disciplina Positiva en mi vida, y gracias a ella he conseguido desarrollar unas herramientas de autogestión y autorregulación que me ayudan en todos los aspectos de mi vida. Es por ello que me lanzo a crear esta propuesta de educación para Infantil con toda la ilusión del mundo, porque considero que como Adler dice *“Crecer como ser humano requiere el coraje de ser imperfecto”*.

MARCO TEÓRICO

La Disciplina Positiva se entiende como el enfoque o modelo educativo que se basa en la creación de límites y la transmisión de valores desde el respeto, cariño y firmeza, evitando caer en el autoritarismo. Su objetivo es promover actitudes positivas en los niños que les ayuden a desarrollar una autonomía y conseguir una convivencia de calidad, a través del respeto mutuo y la dignidad del ser humano.

Recorrido histórico

Esta filosofía educativa tiene sus orígenes en 1930 con el médico y psiquiatra Alfred Adler (1870-1937), quien desarrolló la psicología individualista basándose en el principio de que todo comportamiento humano se hace con el fin de pertenecer y sentirse significativo. Adler (1930) hablaba de “Educación Democrática” y explicaba la idea de que un niño tiene un mal comportamiento cuando tiene una creencia errónea al pensar que comportándose así puede lograr sentirse aceptado o conectado.

Adler introdujo también por primera vez la idea de educar a los padres en la forma en la que ellos educaban a sus hijos, tomando como principal argumento que el niño que tenía límites, y estos eran marcados con respeto y amabilidad, tenía menos problemas de comportamiento y sociales. La disciplina Positiva es un método que va dirigido principalmente a familias y educadores, ya que son ellos los que tienen que ponerla en práctica para que el niño comprenda y adquiera las habilidades sociales y emocionales que este método aporta.

Rudolf Dreikurs (1897-1972), discípulo de Adler y pionero también de la Disciplina Positiva, avanza más en esta teoría y afirma que el problema de que los niños tengan comportamientos o actitudes negativas reside en que tienen una creencia errónea de cómo conseguir ese sentimiento de pertenencia y de ser tenido en cuenta. Con este principio encontramos un concepto que este psiquiatra introduce como “Metas equivocadas o creencias erróneas”. Este término será analizado unos párrafos más abajo.

En los años 30 Dreikurs lleva la Disciplina Positiva a Estados Unidos y es aquí donde Lynn Lott y Jane Nelsen llevan a la práctica las teorías de estos dos psiquiatras y comienzan a protocolizar unas técnicas y crean la Asociación Americana de Disciplina Positiva. Principalmente son ellas las responsables de la difusión que ha tenido este

método por el resto del mundo. Estas autoras desarrollaron además un manual para padres publicado en 1980 con el fin de ofrecerles modelos educativos basados en la Disciplina Positiva.

Por otro lado, cabe destacar la importancia de Marisa Moya en la Disciplina Positiva en España. Esta psicóloga y educadora española es miembro fundador de la Asociación Española de Disciplina Positiva y es una de las principales referentes de esta metodología en España. Entre sus aportaciones a esta filosofía destacan su énfasis en la importancia de enseñar habilidades sociales y emocionales a los niños desde una edad temprana. Además de esto, ha desarrollado un enfoque específico para la resolución de conflictos y la gestión de la conducta en la escuela conocido como "Disciplina Positiva en el aula".

Otros autores más actuales también ofrecen otras definiciones de este método. Según Castro y Pires (2001) la Disciplina Positiva es un sistema de actuación soportado por un conjunto de actuaciones de los educadores que se orientan a guiar al alumno en la mejor consecución de los objetivos de su formación académica, personal y social. Sin embargo este método conlleva una serie de tareas de más difícil ejecución que las dinámicas de sanción, y sobre todo implica un cambio de visión en la forma en la que los adultos percibimos la conducta "perturbadora" del niño.

Implantando un sistema basado en la Disciplina Positiva podremos conseguir equilibrar el "Yo", así como promover la cultura de la no violencia. En la etapa de Educación Infantil son bastante comunes los conflictos ya que a estas edades empiezan a desarrollarse en los niños las primeras relaciones sociales con sus iguales, y los sentimientos y pensamientos de los demás influyen en la convivencia dentro del aula. Según Piaget (1932) los conflictos interpersonales favorecen la consideración por parte del niño de otros puntos de vista, así como sentimientos y otras formas de resolver conflictos. Lo que pretendemos con la aplicación de la Disciplina Positiva es ofrecer al niño herramientas de autocontrol y ayudarles a que obtengan habilidades sociales que se basen en el amor, la dignidad y el respeto mutuo, para que en el momento que se den posibles conflictos no recurren a la violencia (de cualquier tipo) como primera herramienta de resolución y puedan gestionar ellos los conflictos de forma respetuosa, coherente y pacífica.

Principios básicos de la Disciplina Positiva:

Nelsen (2014) habla de unos criterios básicos que debe poner en práctica la persona que usa la Disciplina Positiva. A continuación, se exponen y se explican brevemente:

1. Ayudar a los niños a tener un sentido de conexión (pertenencia e importancia/ contribución). La conexión se genera escuchando. Si uno se siente importante y perteneciente al grupo, tendrá ganas de contribuir.
2. Ser respetuoso y alentador siendo a la vez amable y firme. Respetando al niño conseguiremos que el respete al adulto y a la situación. Se deben dar respeto y firmeza a la vez ya que si solo somos respetuosos podemos ser permisivos y si solo somos firmes podemos ser autoritarios.
3. Ser constante para que este método sea efectivo a largo plazo.
4. Enseñar habilidades sociales y de vida como el respeto, preocupación por los demás, solución de problemas, cooperación, etc.
5. Invitar a los niños a descubrir sus capacidades. Alienta el uso del poder personal y la autonomía.

Neurociencia y Disciplina Positiva

La Disciplina Positiva se basa, entre otras cosas, en la empatía y en tener en cuenta cómo se sienten los demás o qué los lleva a actuar de esa manera. Uno de sus principios clave según Nelsen (2015) es establecer esa conexión con las creencias del niño para analizar su conducta, y para ello se necesita capacidad empática, que a su vez es desarrollada progresivamente gracias a esta filosofía educativa.

Guerrero (2021) sostiene que los humanos podemos conectar con los estados emocionales de los demás y ponernos en su lugar (empatía) gracias a las neuronas espejo. Este fenómeno cerebral es la base de nuestra capacidad social, pues nos permiten regular o modificar nuestra conducta en base a cómo estén percibiendo nuestras neuronas espejo a los demás. Además, estas neuronas también nos permiten imitar la conducta de los demás.

Teniendo esto último en cuenta, la Disciplina Positiva es un método que debe ser interiorizado primero a los educadores (familias y profesores) para que posteriormente los niños puedan imitar esos comportamientos con los demás. Es imprescindible “conocer cuál es el impacto que tenemos como educadores sobre nuestros niños

según nuestra percepción del mundo, las habilidades de sensibilidad y respeto a las diferencias, las destrezas en comunicación y el estilo con el que afrontamos los problemas” (Moya, 2017, p.19)

Las emociones y la conducta están relacionados íntimamente ya que las emociones influyen en la conducta y viceversa. Si el ambiente educativo está lleno de respeto, amabilidad, armonía y confianza, las emociones positivas tales como alegría o amor predominarán ante las emociones negativas, y por tanto habrá menos problemas de conducta. No obstante, en muchas ocasiones las emociones nos llevan a una situación compleja y difícil de gestionar, por ello a veces es posible que se den conductas no deseables. A partir de esta reflexión, la Disciplina Positiva tiene como uno de sus objetivos principales que los niños desarrollen las habilidades de gestión necesarias para que cuando no puedan controlar lo que sucede a su alrededor sí que puedan controlar su respuesta ante la situación.

El Doctor Daniel Siegel ideó una metáfora para explicar la estructura y el funcionamiento del cerebro cuando estamos a punto de perder el control y lo llamó **“El cerebro en la palma de la mano”**. En esta metáfora debemos extender la mano e imaginarnos que la muñeca es la base del cerebro que esta conectada con la médula espinal y es la encargada de las funciones básicas (respiración, parpadeo, etc.) y de proporcionar respuestas automáticas. El pulgar doblado hacia dentro es el representante del tallo cerebral que es la parte más primitiva del cerebro y también la encargada de las emociones, memoria y aprendizaje. Los otros cuatro dedos representan la parte de la corteza cerebral en la que destaca la corteza pre frontal que se encarga de las funciones ejecutivas, tomar decisiones, autorregulación, entre otros. La palma de la mano representa el “punto de integración” donde se pueden ver todas la partes juntas trabajando en armonía. Esta metáfora ayuda a comprender por qué en muchas ocasiones reaccionamos con enfado, temperamento y sin respeto ante una situación que nos conmueve emocionalmente. La Disciplina Positiva ofrece estrategias para evitar el bloqueo y que “destapemos” la parte primitiva del cerebro reaccionando de mala forma ante los comportamientos inadecuados de los niños este modelo es útil para comprender que cuando nuestro cerebro está “destapado” no es el momento de razonar con los niños sobre lo que ha pasado, ya que la parte del

cerebro que nos ayuda a regularnos está desconectada y nuestra conducta no está siendo adaptativa. Este es un modelo que también para explicárselo a los niños.

Siegel (2015) sostiene que el primer paso de la disciplina efectiva consiste en conectar con nuestros hijos desde el punto de vista emocional.

La disciplina positiva frente a la tradicional

La disciplina tradicional causa en los niños el sentimiento de culpabilidad a través de las sanciones, algo que Campbell (1995) afirma que también afecta al sentimiento de pérdida de control, ya que el niño experimenta un incremento de su culpa cuando tiene la sensación de haber perdido el control.

La disciplina positiva no tiene como primera finalidad construir formas adecuadas de comportamiento, sino que busca a través del profesor/familiar que la aplica, resultados a largo plazo enfocados al cambio de las actitudes y la cultura de las personas (Castro y Pires, 2001), por eso no concibe el castigo o el refuerzo negativo. Como también sostiene la pionera de la Disciplina Positiva Jane Nelsen, en una de sus citas más famosas *“Eliminar el castigo no significa dejar que los niños hagan lo que les apetezca”*, el castigo no es más que una reacción a la conducta en la que el adulto ejerce su poder ante la conducta del niño y por lo tanto no tiene resultados a largo plazo.

El castigo desarrolla en el niño el sentimiento de rebeldía y resentimiento, y le enseña a sentirse mal por los errores cometidos en el pasado. Mientras tanto, una actitud democrática que se basa en el respeto, la amabilidad y la firmeza, involucra al niño en el análisis de su comportamiento haciendo que sea el mismo el que razone por qué ese comportamiento no es bueno o adecuado, por lo tanto, convertimos el error en una oportunidad de aprendizaje.

Por el contrario, también se debe destacar que los premios y alabanzas a los niños genera una idea errónea en ellos al pensar que su conducta está condicionada al control externo. Dreikurs (1950) habla de “educar dando aliento”, ya que esto genera en los niños una buena autoestima y les hace sentirse valiosos por lo que son y no por lo que deberían ser para agradar a los demás. Educar con aliento significa enseñar al niño el valor de ser imperfecto, por lo tanto, crecen con un fuerte deseo de cooperar y seguro de sí mismos.

Terry Chadsey y Jody McVitte, ambos entrenadores certificados en Disciplina Positiva, plantean en el siguiente cuadro las **diferencias** entre la escuela “que conocemos” y la escuela planteada por la Disciplina Positiva.

	Practica dominante y tradicional	El enfoque democrático enfocado en soluciones
Teoría basada en:	Práctica común, Pavlov, Thorndike, Skinner.	Adler, Dreikurs, Dewey, Glasser, Nelsen, Lott, Dinkmeyer, Albert.
La conducta es motivada por:	Las personas responden a las recompensas y castigos en su medio ambiente.	Las personas buscan un sentido de pertenencia (conexión) e importancia (significado) en su contexto social.
Influenciamos más en la conducta de los otros:	Al momento de responder a una conducta específica.	En una relación continúa basada en el respeto mutuo.
Las herramientas más poderosas para los adultos son:	Control, recompensas y castigos.	Empatía, entendimiento de la perspectiva del alumno, ánimo, resolución de problemas en colaboración, cumplimiento amable y firme.
“Respeto” significa:	Obediencia y cumplimiento, en donde la relación se basa en mantener la dignidad y respeto del adulto.	Mutuo, en relaciones donde cada persona tiene el mismo derecho a ser tratado con la misma dignidad y respeto.
Respuesta “apropiada” a una conducta inapropiada:	Censura, tiempo fuera y castigo.	Señalando el comportamiento sin avergonzar ni culpar, identificando la creencia detrás del comportamiento,

		concentrándose en las soluciones y cumpliendo.
Respuesta “apropiada” a una conducta peligrosa y destructiva:	Censura, tiempo fuera y castigo.	Mantener la seguridad de todos, haciendo al alumno responsable de sus actos, seguido de una solución, siguiendo y manteniendo acuerdos claros.
El aprendizaje del alumno se maximiza cuando:	El adulto controla eficazmente la conducta del alumno.	El alumno siente que pertenece y que es importante en clase.

Metas equivocadas

“Las metas equivocadas o creencias erróneas” es un término que Dreikurs utiliza para explicar que cuando los niños piensan que no pertenecen, se sienten desanimados y buscar formas equivocadas de actuar para encontrar ese sentimiento de pertenencia. En ellos existe la creencia errónea de que actuando de esa manera su meta se cumplirá, y la mayoría de las veces suelen conseguir el efecto contrario. Nelsen (2015) habla de las cuatro metas equivocadas del comportamiento:

- Atención excesiva
- Poder mal dirigido
- Venganza
- Ineptitud asumida

Sin embargo, esta autora también sostiene la importancia de que un interlocutor (ya sea padre, maestro, ect.) sea capaz de detectar y desactivar esa creencia equivocada usando estrategias que aporten al niño conexión. Para ello Nelsen (2015) habla de los cuatro pilares para la **Pertenencia**:

1. Reconocimiento: Sentirse apreciado ya que necesitamos ser conscientes de que somos únicos y especiales.

2. Poder: Tener sentido de control de nuestro entorno y la libertad de tomar nuestras propias decisiones.
3. Justicia: Estar seguro de que hay equidad en el entorno que nos rodea y no hay abusos.
4. Habilidad: ser consciente de la capacidad que tenemos para manejar sucesos de nuestra vida, sabiendo que podemos ser exitosos.

Freud 1923 crea, en su obra “El yo y el ello”, una analogía de la conducta humana comparándola con un iceberg. En la punta se encuentra la conducta explícita del niño y debajo (en la parte que no se ve) todas las creencias respecto al sentimiento de pertenencia y contribución. En muchas ocasiones algunos métodos o modelos educativos tratan de controlar el problema y solamente abarcan la punta del “iceberg”, es decir, el comportamiento/acción. Por el contrario, la Disciplina Positiva intenta ir más allá analizando las creencias que están detrás de ese patrón de comportamiento para después rectificarlas en caso de que sean “creencias erróneas”. De esta manera, cuando se conecta con esa creencia y se actúa para cambiarla, el comportamiento cambia automáticamente.

Papel del maestro en la Disciplina Positiva

El maestro, junto con las familias, tienen un papel fundamental en esta metodología, puesto que ellos con su ejemplo deben mostrar al niño las bases de la disciplina positiva.

Según Castro y Pires (2001) las características de un maestro positivo son:

- a) Espera que sus alumnos alcancen grandes objetivos: si los profesores tienen altas expectativas hacia sus alumnos ellos posiblemente hagan por cumplirlas para dar cumplimiento al desafío que presentan dichas expectativas.
- b) Proporciona oportunidades significativas para la participación: las oportunidades deben estar basadas en las experiencias que estén relacionadas con sus vidas.
- c) Reconoce las conductas positivas: es muy importante el feedback para que los niños se den cuenta de que están haciendo las cosas bien. Es importante también que el reconocimiento esté ajustado a su ejecución, sin caer en los excesos de alabanzas.

Para concluir, se puede sintetizar la Disciplina Positiva como una herramienta de cambio social que fomenta el desarrollo de la autoestima tanto en las personas que la aplican como en las que la reciben. Este método es capaz de ir más allá del comportamiento ya que analiza las creencias que hay detrás de él para modificar la conducta desde la firmeza y la amabilidad.



SOMOS QUERIDOS Y SOMOS ACEPTADOS

PROGRAMA DE DESARROLLO DE
HABILIDADES SOCIALES BASADO EN
LA DISCIPLINA POSITIVA

3° ED. INFANTIL

PAULA NIETO DÍAZ

PROPUESTA DE INNOVACIÓN

Presentación

El presente trabajo final de grado plantea un programa de innovación educativa basado en Disciplina Positiva con el que se pretende desarrollar una serie de habilidades socioemocionales. Esta propuesta, llamada “*somos queridos y somos aceptados*”, pretende solventar o al menos contribuir a mejorar un problema común en las aulas de Educación Infantil: la falta de habilidades en los niños para autorregularse y gestionar situaciones complejas de la vida diaria (tales como conflictos, frustración, etc.). Los niños hoy en día buscan averiguar cómo funciona el mundo, y lo que es o no aceptable. La metodología que fundamenta esta propuesta es la Disciplina Positiva. Esta filosofía educativa permite que las personas se integren mejor en la sociedad ya que usa el respeto, amabilidad y firmeza como las vías principales para relacionarse con los demás.

Hoy en día podríamos decir que el salto de una disciplina severa y tradicional a otra completamente permisiva ha sido rápido, y esto dificulta encarecidamente la presencia de un equilibrio entre ambas. Es por ello, que esta propuesta pretende ofrecer una alternativa al autoritarismo y a la permisividad a través de la Disciplina Positiva.

En este proyecto pretenden desarrollarse una serie de habilidades socioemocionales las cuales se han categorizado en dos tipos:

- **Habilidades de autogestión y autorregulación:** estas habilidades están relacionadas con la gestión y regulación autónoma de emociones, pensamientos y comportamientos. Estas destrezas permitirán a los alumnos tomar responsabilidad sobre la vida propia, así como asumir los retos de la vida diaria con una actitud de calma y criterio.
- **Habilidades relacionadas con el lenguaje y la comunicación positiva:** este tipo de habilidades están enfocadas a que los alumnos puedan expresar y escuchar adecuadamente y con respeto los sentimientos, molestias y deseos propios y de sus compañeros. En muchas ocasiones el conflicto surge o se acentúa por una falta de comunicación, es por ello que la importancia de estas habilidades

es evidente ya que no solo ayuda a solventar sino a prevenir el conflicto en las aulas. Estas habilidades fomentan la autonomía para la gestión de conflictos además de promover el desarrollo lingüístico (ampliación de vocabulario, expresión oral, etc.) que es tan importante en esta etapa.

El conjunto de habilidades específicas que se trabajarán en el proyecto son las siguientes:

1. Identidad: tener conciencia de quién soy y qué me representa
2. Toma de decisiones
3. Desarrollo de la resiliencia
4. Búsqueda de soluciones
5. El error como oportunidad de aprendizaje
6. Cumplidos y apreciaciones
7. Expresión de los sentimientos en primera persona
8. Aprender a disculparse

Cabe destacar que el diseño de esta propuesta está pensado para 3º curso de Educación Infantil (5 años). Esta propuesta no busca conseguir el desarrollo completo y pleno de estas habilidades al finalizar el programa, sino que pretende poner a los alumnos en contacto con una serie de recursos y actividades que poco a poco les van a ir ayudando a desarrollar esas habilidades a lo largo de los siguientes años. Es por ello que la intervención se hace con vistas a que en el futuro se sigan ampliando las sesiones para trabajar más destrezas socioemocionales.

Es importante considerar que esta metodología empieza por ser aplicada o “auto aplicada” a los padres y maestros, y son ellos los que “predican” esta filosofía educativa a base de emplearla con los niños. Por esta razón, consideramos a las familias como un agente más en esta propuesta educativa y se ha diseñado una charla introductoria a la Disciplina Positiva para todas las familias del curso. En el apartado de [metodología y recursos](#) se explica con detalle esta parte de la propuesta.

A continuación, se desarrolla la propuesta de innovación educativa en su conjunto empezando por los objetivos de la propuesta.

Objetivos de la propuesta

En este proyecto se han elaborado tres tipos de objetivos que se pretenden alcanzar tras la aplicación del programa de innovación. Esta elección se ha tomado en base al principio de que los maestros y las familias son los dos agentes educativos que formarán al niño a lo largo de su vida y por ello se deben fijar una serie de metas para ellos también. Además, como ya se ha mencionado anteriormente la DP es una metodología que debe ser “auto aplicada” y el maestro/padre/madre debe ser capaz de analizar y conocer la anatomía del conflicto y responder aplicando las bases de la Disciplina Positiva.

Objetivos que persigue la propuesta para los alumnos*

- Concebir la toma de decisiones como un momento de libertad y responsabilidad
- Emplear la comunicación basada en el respeto y la escucha
- Reconocer el error como oportunidad de aprendizaje
- Comprender e interiorizar el concepto de resiliencia
- Tolerar el desacuerdo de manera positiva
- Desarrollar habilidades para la comunicación efectiva
- Reconocer a los profesores y las familias como personas que nos ayudan a comprender y gestionar nuestra vida

*algunos de estos objetivos serán los que se trabajen explícitamente en algunas de las actividades del proyecto. Sin embargo, en otras actividades aparecerán objetivos específicos que han sido elaborados tomando como base los presentes en este apartado.

Objetivos que persigue la propuesta para los profesores

- Desarrollar capacidad para detectar creencias erróneas y desmontarlas
- Valorar la calidad de las relaciones y el ambiente del aula como punto clave del aprendizaje
- Proporcionar un enfoque basado en soluciones
- Conocer y aplicar los principios de la Disciplina Positiva en su práctica profesional y diaria

- Crear ambientes de cooperación y respeto mutuo en el aula
- Ejercer el rol de docente de forma respetuosa y eficaz

Objetivos que persigue la propuesta para las familias

- Desarrollar una comunicación abierta basada en el respeto
- Conocer y aplicar los principios de la Disciplina Positiva en su práctica diaria
- Comprender y transmitir de forma efectiva la diferencia entre castigo y consecuencia
- Desarrollar habilidades para alentar a sus hijos
- Formar y consensuar normas y límites
- Valorar la Disciplina Positiva como un estilo de crianza efectivo
- Participar activamente en el proceso educativo de sus hijos en la escuela

Contexto en el que se aplicaría

La presente propuesta de innovación está diseñada para ser aplicada en el Colegio La Expiración.

Este centro educativo de titularidad concertada se localiza en Madrid, concretamente en el barrio de Arturo Soria. Es un centro que pertenece a una congregación religiosa. El nivel socioeconómico de la zona es medio-alto.

El colegio imparte los niveles de enseñanza de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. El primer ciclo de Educación Infantil y Bachillerato son de régimen privado, y el resto concertados. En cada curso hay un total de 3 líneas con una ratio de 22 alumnos por clase aproximadamente.

El proyecto educativo del centro se basa en buscar la educación integral de todos sus alumnos a través de la transmisión de valores como el respeto hacia los demás y la importancia del diálogo como principal herramienta de gestión. Además, el colegio apuesta por una educación en la que el alumno es el centro del aprendizaje y se debe respetar sus diferentes ritmos de trabajo. En este centro no se utilizan metodologías tradicionales, sino que se aprende a través de metodologías como el ABP y el aprendizaje cooperativo. Las familias también constituyen uno de los pilares

fundamentales del proyecto educativo y se busca en todo momento su implicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El grupo aula para el que está diseñada la intervención está formado por 22 alumnos de 3º de Educación Infantil (5 años). En la clase hay 12 chicos y 10 chicas. En el aula el ritmo de aprendizaje de los alumnos es bastante homogéneo. Sin embargo hay un alumno en clase que está en proceso de diagnóstico¹ de Altas capacidades y otro alumno que también está en proceso de diagnóstico de TDAH, pero ninguno de ellos precisa medidas de atención a la diversidad de carácter extraordinario, simplemente se benefician de medidas ordinarias curriculares como la metodología ABP. Este grupo aula es con el que he realizado mis prácticas, por lo que la propuesta se elabora en base a una experiencia real.

Finalmente cabe especificar que el programa está diseñado para ser aplicado teniendo en cuenta el calendario escolar de la Comunidad de Madrid 2022-23.

Metodología y recursos

La metodología principal sobre la que se basa esta propuesta es la Disciplina Positiva, y el enfoque psicoeducativo del modelo que propone esta metodología se basa en actitudes y estrategias. Por un lado, la actitud que el adulto tiene hacia el niño son la base sobre la que se aplican las estrategias. Y las estrategias son el conjunto de acciones que se toman para conseguir un objetivo. De esta manera si pretendemos desarrollar en los niños valores como el respeto y amabilidad (entre otros), debemos ser los propios educadores los que tengamos esa actitud con los niños y elaboremos estrategias para conseguir desarrollar estos valores en nuestros alumnos.

Una de las formas en la que mostramos nuestra actitud ante los niños es el lenguaje. El lenguaje puede ser nuestro fiel aliado en esta construcción de nosotros mismos y de nuestra historia vital (Castellanos, 2017, p.44). Es fundamental que los educadores, ya sean padres o maestros, tengamos herramientas que nos ayuden a

¹ Según en manual de diagnóstico DSM5 los trastornos como TDAH o las Altas capacidades no pueden tener diagnóstico en niños menores de 5 años. Sin embargo, sí que es posible que los Equipos de Orientación determinen medidas no significativas de atención a la diversidad.

identificar esas palabras como fuerzas que pueden hacer daño a los demás. Debemos prestar atención a nuestro lenguaje y ayudar a los alumnos a utilizarlo de manera respetuosa y alentadora.

El lenguaje positivo es uno de los objetivos que se pretende desarrollar con este proyecto, pero a su vez también es el medio para conseguirlo. Adler hablaba de educar con aliento y una de las formas para hacerlo es a través del lenguaje. A continuación, se exponen algunos enunciados alentadores dirigidos a desmontar cada una de las cuatro metas equivocadas del comportamiento de las que hablábamos en el apartado de “Marco teórico”:

- Cuando guardes tu material podremos empezar la actividad
- Vamos a intentarlo primero una semana y vemos qué tal.
- Puedes volverlo a intentar
- Comprendo esto y sé que es importante para ti
- ¡Vaya! Estas realmente molesto/enfadado ¿Quieres charlar conmigo?
- No es agradable para mí que grites
- ¿por qué no nos tomamos los dos un momento, nos tranquilizamos y volvemos a intentarlo?

Relacionado también con la importancia del lenguaje, pero más enfocado al desarrollo lingüístico, es importante destacar un momento clave en la rutina de aula: la asamblea. En este proyecto la asamblea es un componente de todas las actividades ya que permite la expresión de los alumnos de forma libre y segura. Además, promueve actitudes como el respeto de las opiniones o el turno de palabra. En educación infantil la asamblea forma una parte esencial de la rutina, y por ello podemos usarla también para aplicar la Disciplina Positiva. A continuación se ofrece una estructura para la reunión de clase basada en los principios de la DP:

1. Dar los buenos días a todos los compañeros (sentido de comunidad)
2. Cumplidos y apreciaciones (lenguaje positivo)
3. Exponer los temas pendientes (planificación y gestión para prevenir conflictos)
4. Preguntar si alguien se siente triste o quiere comentar algo que le preocupe (expresión de sentimientos y problemas)

5. Los compañeros comentan y ayudan a solucionar el problema (búsqueda de soluciones y cooperación)
6. Decimos una afirmación “empoderante” (trabajar la autoestima)

La mayoría de las actividades están diseñadas tomando como base las dinámicas vivenciales. Estas dinámicas consisten en crear una atmósfera/contexto utilizando la imaginación o algunas situaciones diseñadas para que los alumnos puedan identificarse con alguna experiencia que ellos hayan vivido y transformarla en aprendizaje. Al finalizar estas dinámicas se hacen asambleas y se reflexiona sobre la actividad, de tal manera que los alumnos pueden conectar lo que han vivido en ella con experiencias pasadas y sacar un aprendizaje o conclusión. Las dinámicas vivenciales se suelen utilizar para que el aprendizaje sea significativo, ya que según Ausubel (1983) un el aprendizaje significativo se produce cuando el niño es capaz de conectar lo que aprenden con un concepto relevante que ya posean, en este caso una experiencia relacionada con alguna emoción.

La propuesta de innovación está diseñada para un aula en el que los niños estén habituados a trabajar por la metodología de aprendizaje cooperativo. Este método, ha experimentado un auge en los centros durante los últimos años, por lo que es bastante frecuente encontrarse centros que trabajan con ella. Sin embargo, no todo el mundo conoce la filosofía educativa de la Disciplina Positiva, y está muy relacionada con el aprendizaje cooperativo, pues uno de los principios es esta es que el ser humano es un ser social que pretende sentirse significativo dentro de una sociedad, y si se siente feliz y a gusto entonces tendrá ganas de cooperar. El aprendizaje cooperativo es una metodología también favorece el desarrollo de habilidades interpersonales e intrapersonales, por ello muchas de las actividades que se proponen a continuación se trabajarán con este método. Para ello, es importante saber que en cada grupo cooperativo hay una serie de roles:

Coordinador: es el encargado de dirigir la tarea que se tiene realizar, además de proporcionar apoyo al equipo para seguir trabajando.

Portavoz: este rol se encarga de presentar las actividades y responde también a las preguntas del profesor en nombre de su equipo.

Controlador: es el encargado de cuidar el tono de voz del quipo durante las actividades. También gestiona el tiempo de trabajo, así como el espacio, y se asegura de que se queda todo recogido y limpio cuando finaliza la actividad.

Secretario: este rol se encarga de anotar y recordar los compromisos/tareas individuales y grupales. También, se encarga de comprobar que las actividades se realizan siguiendo las instrucciones y correctamente.

Las familias son el otro pilar educativo del niño y especialmente en la Disciplina Positiva ya que es una herramienta para los padres principalmente. Cuando un padre esta alterado, desbordado o nervioso, difícilmente podrá ayudar a su hijo a regular sus emociones y comportamientos. Por eso, esta metodología debe empezar aplicándose a los propios adultos.

Es fundamental que antes de que comience a implantarse el proyecto de Disciplina Positiva, los padres conozcan sus principios y las bases sobre las que se apoya. Para ello, se ha diseñado una charla introductoria con las familias que se llevaría a cabo durante el periodo de análisis y ajuste del proyecto, es decir, durante las ultimas semanas de septiembre.

La charla introductoria tendría la siguiente estructura:



Está organizada para que los padres reciban unas pinceladas sobre las bases de esta filosofía educativa, pero su objetivo también es seguir ampliando esta formación con talleres y charlas posteriores. Esta actividad la llevaría a cabo formadoras certificadas en Disciplina Positiva. Personalmente he tenido la oportunidad de asistir a las charlas de @mentaychocolatedp, y creo que si tuviera que elegir a alguien cualificado para llevar a cabo la charla en un centro educativo, las elegiría a ellas.

Además de la charla introductoria, las familias también estarán presentes durante el desarrollo del proyecto haciendo un taller en una de las actividades (concretamente en la Actividad 7). La presencia de los padres en las aulas es en muchas ocasiones desgraciadamente escasa, y las familias pueden ser un recurso realmente útil en determinados momentos del aula. En esta actividad, vamos a trabajar sobre el lenguaje positivo y el consenso de normas y rutinas, y considero imprescindible la presencia de las familias ya que son ellas las encargadas de tomar estas decisiones. Si pretendemos establecer un programa basado en la Disciplina Positiva, las familias también deben aprender cómo aplicarlo en sus casas, y los talleres son un contexto divertido y efectivo para trabajar estos aspectos.

La DP invita a los padres a crear espacios donde puedan dialogarse y consensuarse los asuntos de casa, ofrece herramientas de autogestión y autorregulación para aquellos momentos en los que la situación o el comportamiento de sus hijos les desborda... En conclusión, esta metodología ofrece a los educadores herramientas para educar con cariño, aliento y firmeza, y los padres deben ser el modelo positivo para que los niños vayan integrando esta forma de crianza en su vida diaria.

Recursos

Los recursos de carácter material que usaremos en este proyecto de innovación son los siguientes:

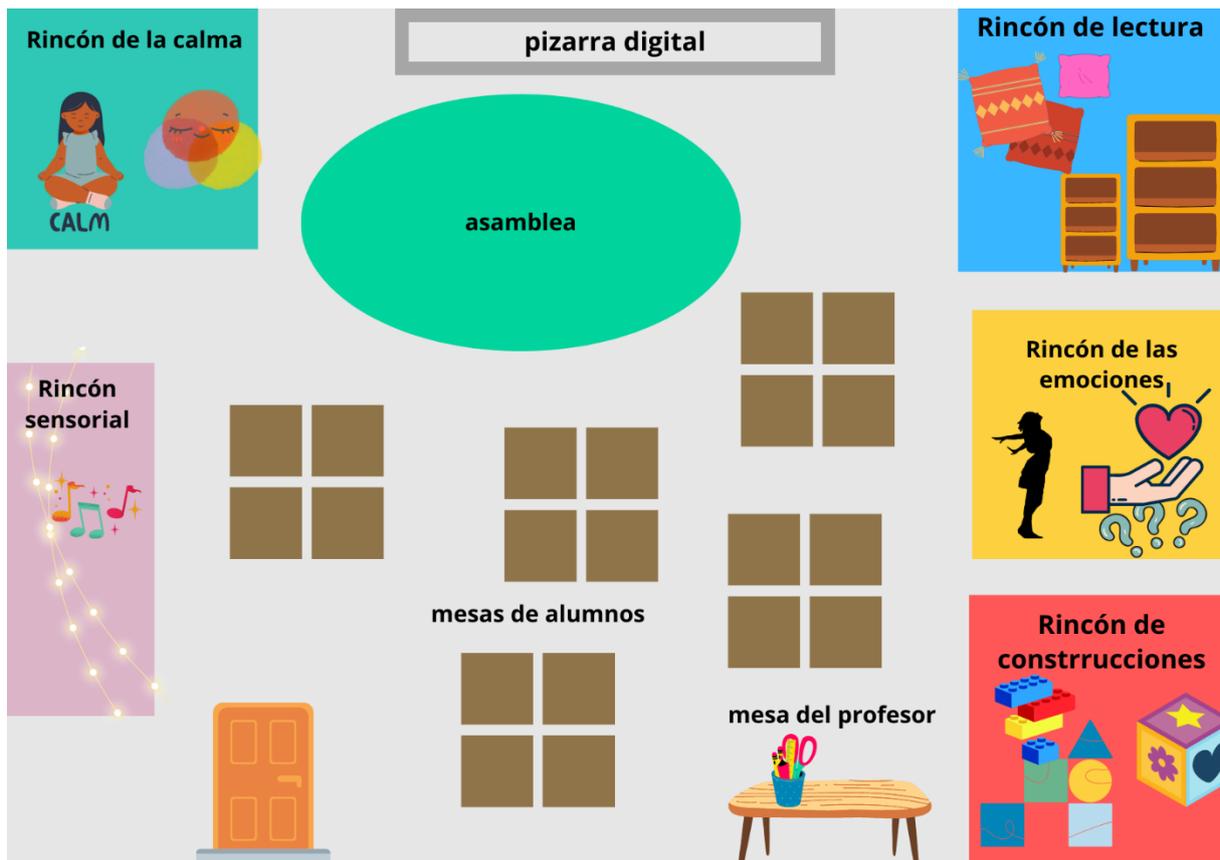
- Recursos artísticos y de escritura: cartulinas tamaño A4, pegamentos, rotuladores, bolígrafos, pinturas.
- Recursos literarios: microrrelatos, cuentos, canciones.
- Recursos tecnológicos: pizarra digital, recursos audiovisuales como vídeos de Youtube.

En cuanto a los recursos ambientales, las actividades se llevarán a cabo principalmente en el aula. Si embargo, si algún alumno o equipo quiere hacer alguna actividad en el pasillo porque prefiere concentrarse y no tener distracciones, también es posible. Por otro lado, si el maestro no tiene un espacio habilitado en el aula para realizar las partes de asamblea de las actividades, estas pueden hacerse en un espacio amplio como es la sala de psicomotricidad.

Cabe mencionar que en este proyecto de innovación se hace un uso considerable de los recursos literarios. Morón Macías (2010) sostiene que la literatura infantil ofrece al pequeño lector conceptos o temas importantes que ayuda a desarrollar su pensamiento crítico y su capacidad reflexiva de forma cercana y amena. Además, la literatura infantil contribuye en la información de la inteligencia emocional de los niños porque les permite identificarse con los personajes del cuento al relatar muchas de las experiencias que ellos mismos han vivido. Por ello, en este proyecto en el que buscamos el desarrollo de ciertas habilidades socioemocionales, que en algunas ocasiones pueden ser temas muy abstractos y de difícil comprensión, la literatura permite situar a los niños en contextos reales.

Finalmente, los recursos para las actividades de esta propuesta de innovación han sido elaborados específicamente para ellas, por lo que son de creación propia. Todos estos recursos pueden encontrarse en el Anexo de cada actividad. Principalmente se ha buscado crear materiales con una letra legible y de fácil lectura para los niños de 5 años. Además, muchas de las tarjetas están ilustradas para que su comprensión sea mas fácil.

Respecto a la organización de espacios, el aula tendrá la siguiente estructura:



Las mesas de los alumnos están agrupadas por grupos, ya que como se han mencionado con anterioridad, se trabaja con aprendizaje cooperativo. Por otro lado encontramos el espacio de la asamblea, una alfombra circular permitirá a los alumnos establecer el espacio de reunión que se usará todos los días en diferentes momentos del día. Por otro lado encontramos los rincones, en este aula concretamente hay 5.

- En el rincón de la calma los alumnos podrán disfrutar de la relajación a través de cojines y algunas pelotas y masajeadores. El objetivo de este rincón es que los alumnos que estén en un momento de estrés o hiperactividad, puedan llegar a la calma a través de diferentes estímulos.
- El rincón de lectura contiene una pequeña biblioteca de aula en la que los niños podrán ir a leer en momentos de tiempo libre. Este espacio está pensado para promover la lectura y cada alumno podrá aportar de forma voluntaria los libros que más le gusten para que todos puedan disfrutar de ellos (cooperación).
- El rincón de las emociones está diseñado para identificar y gestionar las emociones cuando los alumnos no puedan. Para ello cuenta con herramientas

como el termómetro de las emociones, ruedas de soluciones, espejo, ilustraciones, etc.

- Finalmente, el rincón sensorial está destinado a que los alumnos exploren texturas, formas, sonidos y estímulos en general, para así desarrollar habilidades como la percepción.

En cuanto a la organización temporal del aula, el horario semanal es el siguiente:

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00-10:00	Lógico-matemática	Tutoría	Lectoescritura	Inglés	Lectoescritura
10:00-10:45	Inglés	Lógico-matemática	Religión	Arts & Crafts	Inglés
10:45-11:15					
11:15-12:00	Lectoescritura	Música	Educ. Literaria	Lógico-matemática	Religión
12:00-12:30	Speaking	Dramatización (lecto)	Listening	Psicomotricidad	Taller caligrafía
13:00-15:00					
15:00-16:00	Exploración entorno	Lectoescritura	Lógico-matemática	Lectoescritura	Música
16:00-17:00	Psicomotricidad	Intención comunicativa	Cuerpo, imagen y hábitos	Exploración entorno	Lógico-matemática

Todas las actividades se trabajarán en la hora de tutoría de los martes, exceptuando el taller con padres (Actividad 7) que para facilitar su asistencia será de 16:00-17:00.

Cronograma

PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES BASADO EN DISCIPLINA POSITIVA
 Calendario de tareas del proyecto

TAREAS	TRIMESTRE 1									TRIMESTRE 2		
	4-30 SEPT	3 OCT	10 OCT	17 OCT	24 OCT	7 NOV	14 NOV	21 NOV	28 NOV	ENE	FEB	MAR
ANÁLISIS	●											
PLANIFICACIÓN Y AJUSTE DE LA PROPUESTA	●											
ACTIVIDAD 1		●										
ACTIVIDAD 2			●									
ACTIVIDAD 3				●								
ACTIVIDAD 4					●							
ACTIVIDAD 5						●						
ACTIVIDAD 6							●					
ACTIVIDAD 7								●				
ACTIVIDAD 8									●			
EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA										●		

El programa está pensado para ser aplicado de forma semanal en la hora de tutoría los martes. Las actividades están pensadas para ser desarrolladas en una sesión de una hora aproximadamente.

Antes de comenzar con la aplicación del programa contaremos con un mes de análisis en el contexto de aula. En estas semanas el profesor deberá valorar las habilidades interpersonales e intrapersonales de los alumnos a través de la observación. Aunque el programa esté diseñado con anterioridad, este periodo servirá para ajustarlo en

caso de ser necesario. Por ejemplo, puede darse el caso de que haya alguna habilidad socioemocional específica que no esté pensada para ser trabajada dentro de este programa y necesite ser incorporada. No quedan especificadas las semanas dedicadas al análisis y al ajuste del proyecto ya que esta decisión se hará en base a las necesidades y contexto del aula para el que vaya a ser aplicado.

Dentro de este periodo se impartirá una charla introductoria sobre Disciplina Positiva para las familias.²

Una vez hecho el análisis y valoración, ponemos en marcha las sesiones semanales en las que trabajaremos una actividad cada semana. Hay un total de 8 actividades en las cuales se pretende trabajar una determinada habilidad socioemocional por sesión. Estas habilidades han sido divididas en: habilidades de autogestión y autorregulación y habilidades relacionadas con el lenguaje y la comunicación positiva. En el siguiente apartado quedan desarrolladas con detalle.

Finalmente, durante el 2º trimestre (enero-marzo) se procederá a evaluar la consecución de objetivos del proyecto a través de diferentes métodos de evaluación.

Actividades

A continuación, se presenta la secuencia didáctica que se ha diseñado para trabajar en el desarrollo de las habilidades socioemocionales mencionadas con anterioridad. Se trata de un total de 8 sesiones que se llevarán a cabo de manera semanal durante el primer trimestre del curso escolar.

Estas actividades van a llevarse a la práctica, aunque no haya habido un conflicto en el aula. Sin embargo, se puede modificar su orden e incluso su contexto en caso de que haya un conflicto determinado en el aula y así usarlo como pretexto para trabajar en la habilidad.

En muchas de las actividades se requiere de ciertos recursos que estarán especificados en este mismo apartado. Además, la mayoría de ellos (exceptuando los recursos literarios como cuentos) aparecerán en el apartado de [Anexos](#) de este

² Esta charla para familias será explicada con detalle en el apartado de [Metodología y recursos](#).

trabajo. Todas están presentadas en formato de tabla para facilitar su lectura y su comprensión.

Generalmente las actividades han sido diseñadas para ser trabajadas en el aula, pero pueden ser trasladadas a otros ambientes como el patio, sala de psicomotricidad si así lo considera el maestro.

Las actividades están divididas en dos bloques:

1. Bloque 1: habilidades relacionadas con la autogestión y autorregulación³:
 - a. Identidad: tener conciencia de quién soy y qué me representa
 - b. Toma de decisiones
 - c. Desarrollo de la resiliencia
 - d. Búsqueda de soluciones
 - e. El error como oportunidad de aprendizaje
2. Bloque 2: habilidades relacionadas con el lenguaje y la comunicación positiva⁴:
 - a. Cumplidos y apreciaciones
 - b. Expresión de los sentimientos en primera persona
 - c. Aprender a disculparse

Durante la realización de las actividades los alumnos irán obteniendo y desarrollando una serie de estrategias y herramientas que servirán de base para trabajar en las sesiones posteriores, por lo que no son actividades ideadas para trabajar de manera independiente.

³ Estas actividades tienen el código de color naranja.

⁴ Estas actividades tienen el código de color azul.

Actividades para el desarrollo de habilidades de autogestión y autorregulación

Actividad 1	<i>“Yo tengo una identidad”</i>
Habilidad que trabaja	Identidad: Quién soy y qué me representa
Objetivo	<ul style="list-style-type: none">• Tomar conciencia de la importancia de ser uno mismo
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Cuento “Yo voy conmigo” (Anexo 1)- Ficha “mi carnet de identidad” (Anexo 1)- Materiales de clase
Procedimiento	
<ol style="list-style-type: none">1. Comenzaremos la sesión presentando el proyecto “<i>Somos queridos y somos aceptados</i>”. En este momento la profesora comentara de forma breve que vamos a estar todo el primer trimestre trabajando en un proyecto que nos va a ayudar a sentirnos mejor cuando tenemos un problema o cuando queremos decirle algo a alguien y no sabemos cómo hacerlo.2. Comenzamos entonces con la lectura del libro “<i>Yo voy conmigo</i>” en la asamblea en forma de círculo. El libro lo leerá la profesora, pero también recalcará a los alumnos que si quieren participar en su lectura en algún momento pueden hacerlo. Este libro de Raquel Díaz Reguerra, cuenta la historia de una niña a la que van diciendo que se quite diferentes prendas, accesorios incluso rasgos que la hacen ser diferente. Finalmente ella se siente confundida y explica lo importante que es no hacer caso a los demás cuando nos dicen que dejemos de ser nosotros mismos.3. A continuación, se comentará el libro en la asamblea. En este momento la profesora puede guiar el debate con algunas preguntas como <i>¿Cómo creéis que se sentía la protagonista cuando le decían que se quitara las gafas? ¿al final del cuento reconocíais a la protagonista?</i> La profesora también puede	

poner diferentes situaciones contextualizadas en el propio aula, como por ejemplo: *imaginad que le quitamos las gafas a Miguel, ¿Le reconoceríais? ¿Estaría como siempre?*.

- Una vez finalizado el debate se procede a la segunda parte de la actividad: la elaboración del “carnet de identidad”. Esta ficha consiste en la elaboración de un DNI diferente, en el que se ven reflejados los gustos de los alumnos, lo que les hace felices, las personas importantes de su vida, etc. ([Ver Anexo 1](#))

Una parte del carnet es dibujarse a uno mismo como se ve, y para ello se puede hacer uso del espejo del aula o pedir a los demás que te digan rasgos físicos que te identifican (por ejemplo preguntarle a un compañero ¿Tengo los ojos grandes?).

Al finalizar la realización del carnet se plastificará y se le pondrá una correa para que los alumnos puedan llevarlo en el momento que quieran, incluso para algunas actividades del proyecto en caso de que haga falta.

Observaciones	Es importante en esta actividad que se reflexione también acerca de que las cosas que nos gustan, nos hacen felices o las personas que nos rodean, también forman parte de la identidad de una persona. Además, gracias a la lectura del cuento los alumnos tomarán conciencia también de que cuando nos desprendemos de ciertos rasgos (ya sean físicos o psicológicos) para que la gente no nos prejuzgue, dejamos de ser nosotros mismos.
----------------------	--

Actividad 2	<i>“Yo elijo”</i>
Habilidad que trabaja	Toma de decisiones
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Concebir la toma de decisiones como un momento de libertad y responsabilidad

	<ul style="list-style-type: none"> • Introducir el concepto de consecuencia (y diferenciarlo del castigo)
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Guía para la toma de decisiones - Tarjetas de situaciones - Rotulador de pizarra <p>(Consultar ambos en el Anexo 2)</p>
Procedimiento	
<p>1. En esta actividad vamos a comenzar sentados en la asamblea. En este momento de inicio/introducción, la profesora va a preguntar a los alumnos si alguna vez han vivido alguna situación en la que no supieran qué hacer o cómo actuar. Aprovecharemos las experiencias de los alumnos y el diálogo para introducirles la habilidad de “tomar decisiones”. Una vez quede definida la habilidad y todos los alumnos sepan lo que significa, les pediremos que se sienten en sus mesas por equipos.</p> <p>2. Esta actividad va a realizarse a través de la técnica de <u>aprendizaje cooperativo de “cabezas juntas”</u>.</p> <p>La actividad consiste en el análisis y discusión de diferentes situaciones o dilemas que aparecerán en las tarjetas que se han creado para esta actividad (ver Anexo 2). La profesora repartirá una tarjeta a cada equipo y le ayudará a leerla. Los alumnos deberán pensar en la situación de forma individual por unos minutos y después, juntarán cabezas y expondrán por turnos a su equipo la decisión que han tomado sobre la situación. Para esto la profesora va a repartir una guía para la toma de decisiones. Esta guía, que se ha elaborado junto con las tarjetas expresamente para esta actividad, estará plastificada para que los alumnos puedan escribir sobre ella con un rotulador de pizarra en caso de que lo deseen. El documento consiste en un diagrama en el que aparecen los pasos para tomar una decisión. Al final del documento aparece una casilla con la consecuencia de esa decisión, ya que este concepto va a ser explicado al final de la sesión.</p>	

3. Cuando los equipos estén debatiendo sobre su tarjeta, deberán elegir por consenso cuál de todas les parece la mejor decisión. Una vez elegida deberán apuntar (puede ser una palabra o un dibujo/icono) la consecuencia de dicha decisión en la guía.
4. Al finalizar el debate y la decisión por equipos, el portavoz de cada grupo expondrá a la clase cual es la decisión y cuál es la consecuencia.
5. En la parte final de la actividad la profesora usará las consecuencias que han explicado los alumnos para establecer las diferencias frente al castigo. En este momento de diálogo la profesora debe explicar a los alumnos que las consecuencias son los actos inevitables que ocurrirán al producirse una acción y no tienen por qué ser negativas. De esta manera los alumnos entenderán en caso de que hayan puesto en alguna de las consecuencias “papá y mamá me dejan sin jugar, etc.”, que eso no es un castigo sino una consecuencia por la decisión que han tomado y que ya sabían con anterioridad.

Observaciones

En esta actividad se trabajan también habilidades de expresión oral, por lo que puede ser utilizada para evaluar dichos aspectos en el área de lecto-escritura/oratoria.

Como se ha explicado en el apartado de “*metodología y recursos*”, en esta clase se trabaja por aprendizaje cooperativo y esta técnica en concreto puede ser sustituida por otra que se ajuste más a las capacidades de la clase (por ejemplo, si hay varios niños que no tienen buen desarrollo lectoescritor).

Finalmente es importante señalar que los maestros y padres deben construir un camino agradable y transitable para el niño, no sobreprotegiéndoles, dándoles ciertas responsabilidades, ofrecerles varias opciones para elegir, etc.

Actividad 3	<i>“Kit de supervivencia”</i>
Habilidad que trabaja	Desarrollo de la resiliencia
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Comprender e interiorizar el concepto de resiliencia
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Pantalla digital o reproductor de video - Vídeo de YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ - Pizarra - Caja de zapatos - Cartulina
Procedimiento	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Comenzaremos la sesión con la reproducción del corto de Pixar “Boundin: la oveja rapada”. Este cortometraje cuenta la historia de una oveja a la que esquilan todas las temporadas. La primera vez que se lo hacen ella se pone muy triste y no sabe gestionar sus emociones, por lo que se vuelve más seria y se deprime. El foco del argumento está en cómo un amigo suyo le ayuda a superar el problema dándole una serie de consejos de tal manera que cuando vuelvan a esquilarla pueda sobreponerse a la situación. 2. Una vez visualizado el corto, lo comentaremos en el aula haciendo preguntas de comprensión principalmente para asegurarnos de que han entendido el argumento de la historia y por tanto, el concepto de resiliencia, al que daremos nombre tras acabar la reflexión. Es importante que los alumnos entiendan que la resiliencia es la capacidad que tenemos de sobreponernos ante una situación adversa. 3. Lluvia de ideas: a continuación, haremos una lluvia de ideas con la cuestión <i>¿Cómo/qué hacéis cuando os ocurre algo triste o desagradable?</i> 	

La profesora irá apuntando las respuestas de los alumnos en la pizarra y esto servirá como base para la parte principal de la actividad.

4. Kit de supervivencia: pediremos a los alumnos que saquen la caja de zapatos que les hemos pedido que traigan. Lo que vamos a realizar es un kit con las cosas que nos ayudan a ser resilientes y sobreponernos a una situación. Cada alumno usará 5-6 elementos que debe poner dentro de su kit. El alumno puede inspirarse en la lluvia de ideas realizada anteriormente. Para crear los elementos lo haremos de manera simbólica en las cartulinas a través de dibujos o escribiendo la acción, ya que algunos elementos pueden ser hacer determinadas cosas como pedir ayuda o escuchar música relajante y pensar. Una vez finalizada la caja, el alumno que quiera puede salir a la pizarra y explicarla.
5. Al final de la actividad la profesora explicará a los alumnos que esa caja pueden dejarla en sus cajoneras individuales y hacer uso de ella siempre que la necesiten en el cole. También puede sugerirles la idea de que creen una para su casa.

*ejemplo de cómo quedaría el kit:



Observaciones

Idea: algunos de los elementos pueden ser sustituidos por objetos reales si es posible. Por ejemplo, si un alumno pone en una tarjeta "jugar con mi cubo de Rubik", puede meter el cubo en la caja y usarlo siempre que lo necesite.

Actividad 4	“La rueda de las soluciones”
Habilidad que trabaja	Búsqueda de soluciones
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar estrategias de planificación y búsqueda de soluciones en diferentes situaciones.
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Tarjetas de situaciones - Plantilla para pegar las tarjetas - Rueda de las soluciones <p>(ver Anexo 3)</p>
Procedimiento	
<ol style="list-style-type: none"> 1. En esta sesión trabajaremos la búsqueda de soluciones a través de poner a los alumnos en varios contextos. Para ello, se han creado una serie de tarjetas con diferentes problemas que suelen surgir en el aula. En el Anexo 3 pueden encontrarse dichas tarjetas. No obstante, es importante mencionar que el profesor puede ajustar los problemas al contexto del aula, y para ello es importante que este observe y analice las características habituales de los conflictos en el aula durante el periodo de “análisis y ajuste del proyecto”. Además se han añadido en el anexo, tarjetas en blanco por si desea crearlas el profesor junto con los alumnos durante una lluvia de ideas, por ejemplo. 2. Empezaremos la actividad con una pequeña reflexión en la asamblea que servirá de introducción. En esta parte de la sesión analizaremos la parte de las emociones que sentimos cuando tenemos un problema, ya que eso nos dará pie a introducir la importancia de buscar soluciones ante el problema y no estancarnos en las emociones. El profesor invitará a los alumnos a compartir experiencias a través de las preguntas <i>¿alguna vez habéis tenido un problema y no sabíais cómo solucionarlo? ¿cómo os habéis sentido?</i> 	

Una vez se hayan compartido las experiencias y se hayan extraído las conclusiones sobre la importancia de buscar soluciones comenzaremos con la parte principal de la actividad.

3. En la asamblea se procederá al desarrollo de la actividad. Esta actividad tiene dos modalidades de desarrollo:

- a) Opción 1: tarjetas y rueda de soluciones predeterminada:

La profesora deberá sacar una tarjeta de problemas al azar y la leerá en alto. A continuación, la tarjeta se pega en la plantilla para analizar mejor el problema y comprender los pasos*. Después, la profesora preguntará por turnos a los alumnos que posibles soluciones encuentran al problema, y en este momento les entregará la rueda de las soluciones para ayudarles a encontrarlo (puede servir de inspiración porque en algunas tarjetas los alumnos deberán pensar y especificar un poco más la solución). Finalmente, la profesora escribirá en la plantilla plastificada la solución al problema. Esta dinámica se repite hasta que la mayoría de los alumnos haya participado.

- b) Opción 2: tarjetas y realización de la rueda de soluciones:

La profesora deberá sacar una tarjeta de problemas al azar y la leerá en alto. A continuación, la tarjeta se pega en la plantilla para analizar mejor el problema y comprender los pasos*. Después, la profesora saca la rueda de soluciones vacía, y deberá preguntar a los alumnos qué solución encuentran al problema. Cada alumno deberá indicar una solución, que la profesora escribirá en la rueda. Cuando hayamos completado la rueda, entre todos decidiremos cuál es la mejor solución al problema. Finalmente, la profesora escribirá la solución en la plantilla.

Gracias a esta modalidad también potenciamos la valoración y análisis de las diferentes soluciones, una estrategia que también es importante en la toma de decisiones.

4. La actividad finaliza cuando ya se hayan leído todas las tarjetas. Se puede concluir si da tiempo, con una pequeña reflexión entre todos sobre lo que hemos aprendido con esta actividad.

Observaciones	<p>*es importante que los alumnos comprendan que los pasos para la búsqueda de soluciones son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. análisis del problema ¿qué ocurre? 2. establecer las posibles soluciones (una o varias) 3. definir la solución al problema 4. actuar y solucionarlo <p>Por otro lado, cabe especificar que esta actividad puede realizarse primero con la modalidad 1 hasta que los alumnos vayan cogiendo confianza y ritmo, y después pasar a la modalidad 2.</p>
----------------------	--

Actividad 5	<i>“Kintsugi”</i>
Habilidad que trabaja	El error como oportunidad de aprendizaje
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer el error como oportunidad de aprendizaje
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Cuento Kintsugui (Anexo 4) - Pan de oro (se puede conseguir fácilmente en tiendas de manualidades) - Cola o pegamento - Cartulinas de colores y cartulinas blancas A4
Procedimiento	

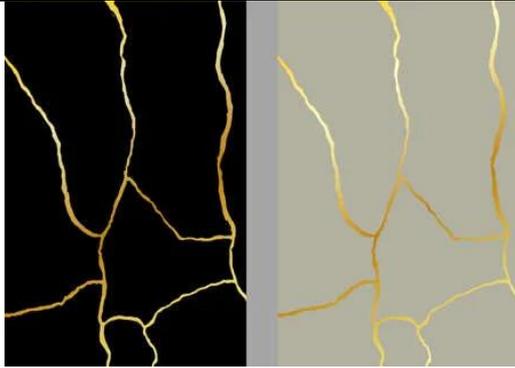
1. En esta actividad trabajaremos con la habilidad de concebir el error como oportunidad de aprendizaje, pero lo haremos a través de una metáfora: el *kintsugi*. El *kintsugi* es una técnica japonesa que consiste en reparar piezas de cerámica con oro fundido de tal manera que cuando quedan arregladas se ven las grietas con oro y la pieza tiene más valor.

Dado que es complicado que los niños a esta edad relacionen la metáfora con lo que verdaderamente queremos trabajar, hemos elaborado un microrrelato que cuenta la historia de un emperador japonés (Ver [Anexo 4](#)).

2. Una vez hayamos leído el microrrelato, lo comentaremos brevemente a través de preguntas de comprensión y extraeremos las conclusiones necesarias para comenzar la parte principal de la actividad.
3. Hacemos *kintsugi* con cartulinas: en lugar de utilizar cerámica, que es peligrosa y delicada, haremos la técnica con cartulinas de colores o dibujos en caso de que algún alumno lo prefiera. Pediremos a los alumnos que rompan su dibujo o su cartulina en 5-6 trozos medianos. A continuación, deberán pegar el dibujo o la cartulina reconstruyéndolo sobre una cartulina blanca A4, pero deberán dejar un espacio estrecho entre las grietas del papel. Finalmente pondremos cola o pegamento en las grietas y pegaremos los trozos de pan de oro en ellas. Una vez seco, se retira con una brocha los restos del pan de oro, y ya tendríamos nuestro *kintsugi*. Podemos utilizar estas creaciones como parte de la decoración del aula.

Algunos ejemplos de cómo quedaría:





(imágenes recuperadas de Pinterest)

4. Al finalizar la actividad pediremos a los alumnos que formen un círculo de asamblea. En este momento vamos a intentar relacionar los aprendizajes con experiencias personales, pidiendo a los alumnos que compartan alguna experiencia que hayan tenido en la que se hayan equivocado, pero hayan aprendido algo nuevo. A través del dialogo debemos llegar a la conclusión de que cuando cometemos un error debemos hacer *kintsugi* con nosotros mismos y ser resilientes para adaptarnos al error y aprovecharlo como una nueva oportunidad para aprender.

Observaciones

Esta actividad está íntimamente relacionada con la nº 3 “*Kit de supervivencia*”, ya que se trabaja también el concepto de resiliencia a través de la lectura y reflexión del microrrelato.

Es importante que al finalizar la actividad el profesor se asegure de que los alumnos han conseguido relacionar la metáfora del *kintsugi* con la habilidad que se pretende desarrollar, y esto solo será posible gracias al momento de dialogo y reflexión de la actividad.

Actividades para el desarrollo del lenguaje y la comunicación positiva

Actividad 6	<i>“la caja de las palabras bonitas”</i>
Habilidad que trabaja	Cumplidos y apreciaciones
Objetivo	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollar habilidades para la comunicación efectiva• Expresar respetuosamente palabras de agrado a los demás
Recursos	<ol style="list-style-type: none">5. Cuento “La mochila invisible” (Ver anexo 5)6. Caja de cartón7. Tarjetas para las frases (pueden ser cartulinas de colores)
Procedimiento	
<ol style="list-style-type: none">1. Comenzaremos la actividad leyendo el cuento de <i>“La mochila invisible”</i>. Esta historia cuenta con un lenguaje sencillo y fácil de comprender para niños, la historia de la mochila invisible que todos llevamos y cómo cuando nos dicen palabras negativas se nos llena de piedras y nos pesa. Este cuento de Ana Morato pertenece a la colección de cuentos <i>“De mayor quiero ser feliz”</i> y son perfectos para trabajar las bases de la Disciplina Positiva en el aula.2. Una vez concluida la lectura del cuento pasaremos a comentarlo en asamblea. La profesora puede hacer preguntas a los niños como <i>¿Alguna vez has sentido que te pesaba mucho tu mochila de las palabras? ¿Por qué? ¿Cómo te sentías?</i> Se trata de que los niños comprendan el significado del cuento y relacionen su lectura con experiencias que ellos han vivido.3. Una vez hecha la reflexión se pasará a la parte principal de la actividad: la creación de una <u>caja de las palabras bonitas</u>. Para ello la profesora les preguntará a los alumnos <i>¿Queréis que hagamos nosotros una caja con palabras bonitas como cumplidos o apreciaciones para decírselas a los compañeros?</i>	

Los alumnos motivados por este reto, pasarán a escribir en una tarjeta de cartulina su frase/palabra bonita (cumplido, apreciación, palabras de apoyo...) y después lo depositaran en la caja. Para evitar que haya palabras repetidas la profesora irá supervisando lo que cada alumno escribe.

4. Una vez tengamos la caja pueden hacerse varias dinámicas:

- a) Cadena de las palabras bonitas: en asamblea un alumno se levanta y coge una tarjeta de la caja. Después deberá dirigirse a otro compañero que él elija y decirle cariñosamente la frase o palabra que le ha tocado. Este ultimo repite la dinámica, y se hará con todos los alumnos de la clase.
- b) Botiquín de palabras bonitas: esta dinámica esta más orientada a hacerse de forma rutinaria o como herramienta de apoyo para los alumnos. Dejaremos la caja en la mesa del profesor y cada alumno cuando lo necesite puede ir libremente a la caja y escoger una tarjeta para dedicársela a un compañero que esté triste, por ejemplo. Otra opción es dejar la caja en la mesa del profesor y todos los días en la asamblea, un compañero escoge una tarjeta y se la dedica a un compañero.
- c) Guerra de palabras bonitas: en esta dinámica se deja la caja en el centro de la clase y la profesora cuenta tres. Cuando se acaba el tiempo todos los alumnos acuden a la caja, cogen una tarjeta y la leen en silencio durante unos segundos. Después la profesora cuenta tres otra vez y cuando da la señal cada alumno debe buscar una pareja y decirle su palabra bonita. De esta manera el alumno reparte una apreciación o cumplido y lo recibe también. Después se depositan las tarjetas otra vez en la caja y comienza el juego de nuevo.

Observaciones

En la Disciplina Positiva es muy importante conocer el poder que tienen las palabras. El empoderamiento se puede hacer a través de ellas, y realza el poder y la fortaleza de una persona impulsando cambios beneficiosos para él. Por todo esto,

	debemos concienciar a nuestros alumnos a que no deben ser tolerantes con el lenguaje negativo, y que cuando no les guste cómo alguien se dirige a ellos deben comunicárselo con respeto (“No me gusta que me hables así”).
--	--

Actividad 7	“del no hagas → al haz”
Habilidad que trabaja	Sentido de la responsabilidad y lenguaje positivo
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar habilidades para la comunicación efectiva • Reconocer a los profesores y las familias como personas que nos ayudan a comprender y gestionar nuestra vida
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Memory de los contrarios (ver anexo 6) - Plato de cartón - rotuladores

Procedimiento

Esta actividad se realizará a través de un taller con las familias, y trabajaremos el lenguaje positivo y la creación de rutinas de manera consensuada. La actividad tendrá dos partes: el juego y la creación de la tabla de rutinas. El juego puede hacerse de manera conjunta con varias familias, pero la tabla de rutinas está pensada para que cada familia la haga conjuntamente con su hijo/a.

1. memory de los contrarios:

En esta parte del taller la profesora repartirá a los alumnos y las familias varias copias del juego del memory. En esta parte intentaremos que las familias se relacionen con el resto, por lo que propondremos jugar familia VS familia.

Las cartas se deben colocar boca abajo y por turnos cada familia levantará dos cartas. Las cartas están divididas en frases negativas (que contienen

prohibiciones) y frases que promueven el cambio de forma respetuosa. Los jugadores deberán encontrar la pareja contraria que corresponde a la frase negativa. Las familias pueden jugar varias rondas (aprox.20 min)

2. tabla de las rutinas:

La finalidad de construir esta tabla de rutinas es que ellos sean conscientes de cada paso y puedan sugerir ideas a los padres de forma efectiva.

Para ello primero haremos una lluvia de ideas de las tareas que queremos realizar (es decir, si queremos hacer una rutina de tarde-noche o de mañana).

Después se ordenarán las tareas de forma pactada siempre que sea posible.

Finalmente se construirá la tabla de rutinas. En este caso usaremos un plato con una flecha que iremos girando a medida que avancemos con los momentos de la rutina. Las rutinas pueden representarse con dibujos o con fotos del niño haciendo las acciones, etc.

Ejemplo de la tabla de rutinas:



Observaciones

En muchas ocasiones los padres se frustran al tener que decir lo mismo una y otra vez, y para los niños también es frustrante oír lo mismo. Esta situación nos lleva muchas veces al conflicto, por ello, con esta actividad pretendemos prevenirlo a través de la creación y el consenso de las rutinas.

Esta actividad también ayuda a potenciar la autonomía y la responsabilidad.

Actividad 8	“de oca a oca y pido perdón porque me toca”
Habilidad que trabaja	Aprender a disculparse
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Emplear la comunicación basada en el respeto y la escucha • Desarrollar un lenguaje efectivo para disculparse • Desarrollo de la empatía y el respeto
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Oca de la disculpa - Tarjetas comodín (Ver Anexo 7) - Dado
Procedimiento	
<p>Esta última sesión va a estar dedicada a saber disculparse cuando hacemos algo mal o hacemos daño a los demás. Para ello hemos creado una oca a la que hemos llamado “La oca de la disculpa”. Los alumnos trabajarán por grupos con este recurso lúdico que pretende ofrecer estrategias para pedir perdón a los demás. Es una actividad que principalmente se centra en el desarrollo de habilidades lingüísticas de expresión, ya que otras habilidades como la tolerancia o la empatía ya han sido trabajadas en anteriores sesiones.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pediremos a los alumnos que se coloquen por grupos de trabajo y repartiremos un tablero, las tarjetas y un dado a cada equipo. Las instrucciones de juego son las siguientes: <ol style="list-style-type: none"> 1. El jugador lanza el dado y avanza hasta la casilla que le toque. 2. Lee en alto la situación/problema que le ha tocado. 3. El resto de los integrantes del grupo representan con un <i>role playing</i> la escena y el jugador piensa su respuesta de perdón. Se han incluido una serie de tarjetas comodín para que los jugadores puedan inspirarse al formular su respuesta. 	

4. El jugador pide perdón con la frase que ha elaborado a los compañeros que han representado la escena.
5. Todos los integrantes y valoran la respuesta del compañero. En este momento pueden hacerle sugerencias de mejora si lo consideran.
6. El siguiente jugador repite la misma dinámica.
7. Gana el que primero llegue a la meta.

Observación: si alguna respuesta es valorada de forma negativa por todos los compañeros del equipo el alumno retrocederá una casilla, por lo que tendrá que volver a enfrentarse a una nueva situación.

2. Al finalizar las rondas de juego se hará una pequeña puesta en común en la asamblea de cosas que hemos aprendido con el juego y cómo nos hemos sentido cuando nos disculpábamos.

Observaciones

Esta actividad lleva implícito un valor que pasa muy desapercibido a veces y que es importante trabajar también: el valor de reconocer cuando nos equivocamos. Muchas veces los niños no piden perdón porque sienten vergüenza por lo que han hecho, pero con esta actividad y el recurso del juego podrán experimentar que equivocarse es algo cotidiano y que nos sentimos mejor cuando pedimos perdón y cuando lo recibimos.

Evaluación de la propuesta

Se entiende como evaluación el proceso por el cual se determina el valor del mérito o trabajo de una persona en base a una serie de criterios. El objetivo de esta propuesta de innovación es desarrollar en los alumnos determinadas habilidades socioemocionales que les permitan ser personas con criterio y autorregularse en base a las circunstancias de su vida y del mundo que los rodea. Esto conllevará que los alumnos actúen con respeto y amabilidad en el aula, así como que gestionen los conflictos basándose en la comunicación efectiva y la búsqueda de soluciones. Por ello, el contexto en el que evaluaremos el desarrollo de estas habilidades será el aula.

Se llevará a cabo una evaluación de cada etapa del proceso, y la herramienta principal para ello será la observación directa. Con la evaluación no buscamos solo calificar la medida en la que se han alcanzado los objetivos del proyecto, sino que también se pretende analizar si las actividades se van desarrollando de forma coherente y se ajustan a las necesidades y características de los niños.

Teniendo en cuenta a la metodología base de este proyecto (La Disciplina Positiva), se considera esencial la evaluación del docente. Es necesario que el maestro se autoevalúe para comprobar que verdaderamente está aplicando los principios metodológicos de la DP. Como ya se ha mencionado en apartados anteriores, el maestro positivo debe cumplir con una serie de características para que esta disciplina sea aplicada correctamente y sobre todo sea efectiva a largo plazo.

Para poder extraer las conclusiones y determinar resultados, se va a llevar a cabo una evaluación docente, pedagógica y al alumnado de tres fases:

- Evaluación inicial: este tipo de evaluación se produce antes de iniciar con la aplicación del proyecto y en las dos primeras sesiones de este. En ella se recoge la información necesaria para determinar y ajustar la propuesta al contexto que pretende aplicarse. También sirve como momento de diagnóstico para valorar los conocimientos y habilidades previas de los alumnos, y así tomar conciencia del punto sobre el que partimos. Es posible que para este momento de evaluación se precisa ayuda del Equipo de orientación del centro, ya que se pretende extraer una evaluación objetiva basada en el criterio de profesionales que conozcan la conducta de los niños.

- Evaluación formativa: es la que se produce durante el desarrollo del proyecto. El maestro observa cómo los alumnos van desenvolviéndose en las diferentes situaciones, al mismo tiempo que les guía y les orienta para alcanzar los objetivos y adquirir los aprendizajes. Esta parte es muy significativa para el desarrollo de la autonomía y la autorregulación del alumno. Esta evaluación se realizará durante el proyecto con dos fines. El primero es para que maestro vaya observando cómo se van alcanzando las habilidades socioemocionales de autogestión y de comunicación positiva, y cómo los alumnos van enfrentándose a las diferentes situaciones en el aula. El segundo es para que puedan cambiarse o ajustarse aquellas actividades que el maestro considere oportunas, en caso de que estén desajustadas con el contexto.
- Evaluación final: es en la que el maestro puede determinar si el alumno ha adquirido los aprendizajes y desarrollado las destrezas determinadas por los objetivos. En este momento también se analiza si las actividades diseñadas han sido las correctas para la consecución de los objetivos diseñados o si deben tenerse en cuenta aspectos de mejora.

Para la metodología de Disciplina Positiva la evaluación será más de carácter cualitativo que cuantitativo, ya que los aspectos que pretenden evaluarse son actitudinales y no conceptuales. La evaluación tendrá como herramienta principal la observación por parte del maestro. Sin embargo, para que sea efectiva y específica se hará uso de las rúbricas de evaluación también. Esta herramienta consta de una serie de criterios de evaluación y unos niveles de logro y descriptores que permiten clasificar el nivel de adquisición de la habilidad o conocimiento. Es una herramienta muy flexible y por tanto, su ajuste es posible en caso de que sea necesario a lo largo del proyecto.

En este proyecto se ha establecido que el momento de evaluación final sea el segundo trimestre (ver [cronograma](#)). Esta decisión está tomada en base a que los alumnos deben experimentar situaciones reales en las que poner en práctica las habilidades aprendidas. Por ello, el momento de evaluación final debe ser una vez finalizado el proyecto. Para evaluar la adquisición de las destrezas y conocimientos socioemocionales a través de la DP, se ha elaborado la siguiente rúbrica:

RÚBRICA DE EVALUACIÓN

ÍTEMS	EN PROCESO	CONSEGUIDO	AMPLIAMENTE CONSEGUIDO
identifica y emplea las estrategias para la búsqueda de soluciones	muestra frustración y no actúa en base a buscar soluciones	muestra frustración pero intenta buscar soluciones	muestra poca frustración e intenta buscar soluciones
se inicia en el lenguaje positivo y comunica su opinión/sentimiento con respeto y amabilidad	intenta comunicarse con lenguaje positivo pero pierde el respeto fácilmente	intenta comunicarse con lenguaje positivo y lo hace con respeto	se comunica con lenguaje positivo y lo hace con respeto y amabilidad siempre
Se muestra resiliente ante las adversidades mostrando una actitud positiva	Aún no ha desarrollado la habilidad de resiliencia y se muestra negativo ante las adversidades	Ha desarrollado la habilidad de resiliencia pero a veces se muestra negativo ante las adversidades	Ha desarrollado la habilidad de resiliencia y se muestra con actitud positiva ante las adversidades
concibe el error como oportunidad de aprendizaje	percibe el error como fracaso	percibe el error como un posible aprendizaje	percibe el error como un aprendizaje en todos los casos
practica los aprecio y cumplidos a sus compañeros	No es capaz de hacer cumplidos y apreciaciones a los compañeros	En determinados contextos practica apreciaciones y cumplidos con los compañeros	Es capaz de practicar apreciaciones y cumplidos con los compañeros en cualquier contexto
toma decisiones de manera segura y es responsable de sus consecuencias	No es capaz de tomar decisiones y concibe las consecuencias como castigos	Es capaz de tomar decisiones pero concibe las consecuencias como castigos	Es capaz de tomar decisiones y no concibe las consecuencias como castigos

Los niveles de logro están establecidos de esa manera ya que no consideramos que ninguna habilidad sea “no conseguida”. Los niños tienen su ritmo de aprendizaje y cuando se trata de destrezas socioemocionales, muchas veces se aprende y se interioriza a través de la observación del comportamiento de los demás. Si los alumnos ven cómo sus compañeros van aplicando la Disciplina Positiva y las habilidades adquiridas, poco a poco lo irán haciendo ellos también para ajustarse a contexto social.

Por otro lado, durante las actividades el maestro podrá evaluar la participación de sus alumnos en las actividades gracias a esta otra rúbrica. En el caso de estas actividades, la participación de los alumnos es esencial ya que si no vivencian la actividad y se involucran podrán conectar sus experiencias con las dinámicas vivenciales, y es posible que no se produzca aprendizaje. A continuación, se muestra la rúbrica de participación:

RÚBRICA PARTICIPACION	NO CONSEGUIDO	MEJORABLE	CONSEGUIDO
Implicación en la toma de decisiones	El alumno no se implica en la actividad ni toma sus decisiones	El alumno se implica en la actividad, pero falta entusiasmo por su parte	El alumno se implica completamente en la realización de la actividad y toma sus decisiones
Escucha atenta de las indicaciones del profesor para la realización de la actividad	El alumno no presta atención cuando se dan las indicaciones de la actividad	El alumno presta atención a ratos cuando se dan las indicaciones de la actividad	El alumno presta atención continuamente a las indicaciones de la actividad
Respeto el turno de palabra de sus compañeros y del profesor	El alumno no respeta los turnos de palabra de los demás y habla continuamente cuando quiere	El alumno respeta la mayor parte del tiempo los turnos de palabra de los demás	El alumno respeta continuamente los turnos de palabra de los demás y levanta la mano cuando quiere hablar
Expresa sus opiniones a los demás	El alumno no comparte sus ideas con el resto de sus compañeros	El alumno comparte algunas ideas con el resto de los compañeros, pero no es partidario de hacerlo voluntariamente	El alumno comparte abiertamente sus opiniones a los compañeros con respeto

Por otro lado, es importante la autoevaluación docente, como explicábamos anteriormente. Para ello, se empleará la herramienta de “checklist de autoevaluación docente”. Este recurso consiste en poner un “tick” en aquellos ítems que si consideras haber logrado durante el proyecto. Aquellos otros que dejas en blanco, deben ser analizados para extraer las causas de por qué no han sido alcanzados y establecer unas líneas de mejora y estrategias para futuras actuaciones docentes. La *checklist de autoevaluación docente* es la siguiente:

Proyecto "somos queridos y somos aceptados"

CHECKLIST DOCENTE

- He aprendido sobre la metodología de Disciplina Positiva
- Percibo como efectivas las aplicaciones de este método a largo plazo
- He sabido generar oportunidades de aprendizaje en el aula relacionadas con la adquisición de las habilidades socioemocionales propuestas
- He involucrado a las familias considerablemente en el proyecto
- He utilizado el lenguaje positivo en la mayoría de ocasiones
- La DP me ha ayudado a autorregularme en momentos de estrés en el aula
- He comprendido el valor de esta filosofía educativa
- He ajustado las actividades a las necesidades del aula y de mis alumnos
- He detectado creencias erróneas y las he desmontado
- He comprendido la balanza entre firmeza y amabilidad
- He modificado paradigmas relacionados con la gestión del comportamiento de los niños

Con esta checklist el maestro podrá hacer mejoras en su práctica docente, así como evaluar los efectos de la Disciplina Positiva en quienes la aplican.

CONCLUSIONES

A lo largo de esta propuesta se han ido recogiendo una serie de anotaciones que permiten concluir este trabajo con la idea de que los niños han obtenido un claro avance en la resolución de conflictos y su comportamiento diario, a través de la adquisición de habilidades como la búsqueda de soluciones, o desarrollo de la resiliencia.

Cabe especificar que esta propuesta no se ha llevado a cabo en el aula de forma completa, sino que se han podido ejecutar únicamente dos actividades durante el periodo de practicas intensivas de 5º de carrera. Esto ha sido debido a factores como la falta de tiempo, la incompatibilidad de muchas actividades con la metodología del centro, etc. No obstante, sigo considerando que los resultados son altamente beneficiosos para los alumnos, para las familias y para el propio centro.

En cuanto a las debilidades que encontramos en el proyecto, está la subjetividad de la evaluación ya que se basa únicamente en la observación y la valoración cualitativa a través de una rúbrica. Es complicado poder constatar a través de métodos evaluativos el desarrollo de buenas conductas en la gestión de conflictos y situaciones en el aula. Otra debilidad o inconveniente que he descubierto con la realización de esta propuesta es la poca información y recursos para esta metodología, ya que es muy innovadora y apenas está desarrollada en España. Por ello, uno de los fines y también fortalezas de esta propuesta es que no solo presenta un proyecto de innovación, sino que pretende dar a conocer las bases de esta filosofía educativa y las herramientas para trabajarla dentro del aula. Concretamente, está dirigida también a que los docentes vean el cambio de paradigma que debe hacer la escuela en cuanto a la autoridad, la firmeza y los castigos. Otra fortaleza que encuentro al proyecto es que no se requiere de muchos recursos materiales para hacer las actividades. Además, estas son muy flexibles y pueden adaptarse fácilmente a las circunstancias de los alumnos y del centro.

Finalmente me gustaría concluir el trabajo con una cita de Marisa Moya: *“Todo el que aprende se transforma. Se destruye para volverse a construir con los mismos pedazos, aunque creando algo nuevo que nunca será igual que lo anterior. Y si aprendemos desde el corazón y con la intención de ser mejores personas, ese “algo nuevo” que hemos creado será mucho mejor que cualquier otra cosa que hubiese antes.”*

BIBLIOGRAFÍA

- Aprendemos Juntos 2030. (2018, 9 julio). *¿Qué es la neuroeducación? Francisco Mora, doctor en Neurociencia y Medicina* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=d2Fud46xFPQ>
- Campbell, A. (1995). Representations, repertoires and power: Mother/Child conflict. *Journal for the theory of Social Behaviour*. 25(1): 35-57
- Castellanos, L (2017). *Educación en lenguaje positivo*. PAIDOS IBERICA.
- Castro Posada, J. A., Pires, J. (2001). *Del castigo a la disciplina positiva : más allá de la violencia en la educación*. Amarú Ediciones.
- Crianza positiva (2012). *Disciplina Democrática: las bases de la Disciplina Positiva* <https://crianzapositiva.org/disciplina-democratica-las-bases-de-la-disciplina-positiva/>
- Guerrero, R (2021). *El cerebro infantil y adolescente. Claves y secretos de la neuroeducación*. Libros Cúpula.
- Magaña, T. (2021). *Jane Nelsen: “Eliminar el castigo no significa dejar que los niños hagan lo que les apetezca”*. Escuela Bitácoras. <https://escuela.bitacoras.com/2019/04/21/jane-nelsen-eliminar-el-castigo-no-significa-dejar-que-los-ninos-hagan-lo-que-les-apetezca/>
- Morón Macías, M. del C. (2010). LOS BENEFICIOS DE LA LITERATURA INFANTIL. Temas Para La educación, (8). Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es>
- Moya, M. (2017). *Disciplina Positiva, neuropsicoeducación y sentimiento de conexión en la primera infancia*. AE.
- Nelsen, J. Erwin, C y Duffy, R. (2014). *Disciplina positiva para preescolares*. Medici.
- Nelsen, J., Lott, L., y Glenn, S. (2015). *Disciplina positiva*. Rondine, S.C
- Piaget, J. (1932). *El juicio moral en el niño*. Ediciones Martínez Roca.

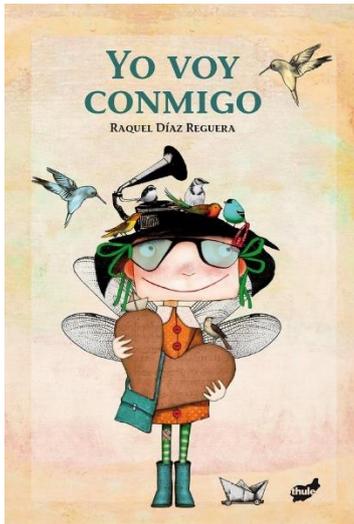
- Sanz Ferrero, C. (2020). *Disciplina Positiva, una filosofía que fomenta habilidades para la vida y la cooperación. Aunando firmeza y amabilidad.*
<https://disciplinapositivaespana.com/disciplina-positiva-una-filosofia-que-fomenta-habilidades-para-la-vida-y-la-cooperacion-aunando-firmeza-y-amabilidad/>
- Siegel, J.D. y Bryson, P. T. (2015). *Disciplina sin lágrimas.* B.S.A.
- Soto, M. (2016, 26 de marzo). *Disciplina Positiva. Orígenes y actualidad.*
<https://unmundoeducado.wordpress.com/2016/03/26/disciplina-positiva-origenes-y-actualidad/>
- Soto, M. (2020). *Pertenencia y Neurociencias.*
<https://disciplinapositivaespana.com/pertenencia-y-neurociencias/>

ANEXOS

Anexo 1: Recursos actividad 1

Cuento "Yo voy conmigo" →

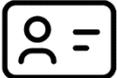
<https://drive.google.com/file/d/18EBLgIHcQrTkAGQ671udUKo7T-SxK9ny/view?usp=sharing>



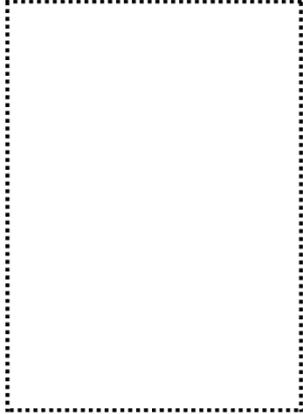
Reguera, R. (2015). *Yo voy conmigo*. THULE

Ficha "Mi carnet de identidad" (elaboración propia) →

Proyecto "Somos queridos y somos aceptados"

  = Mi carnet de identidad

Este soy yo



Me llamo

si fuera un color sería: 

Algunas cosas que me hacen feliz son:

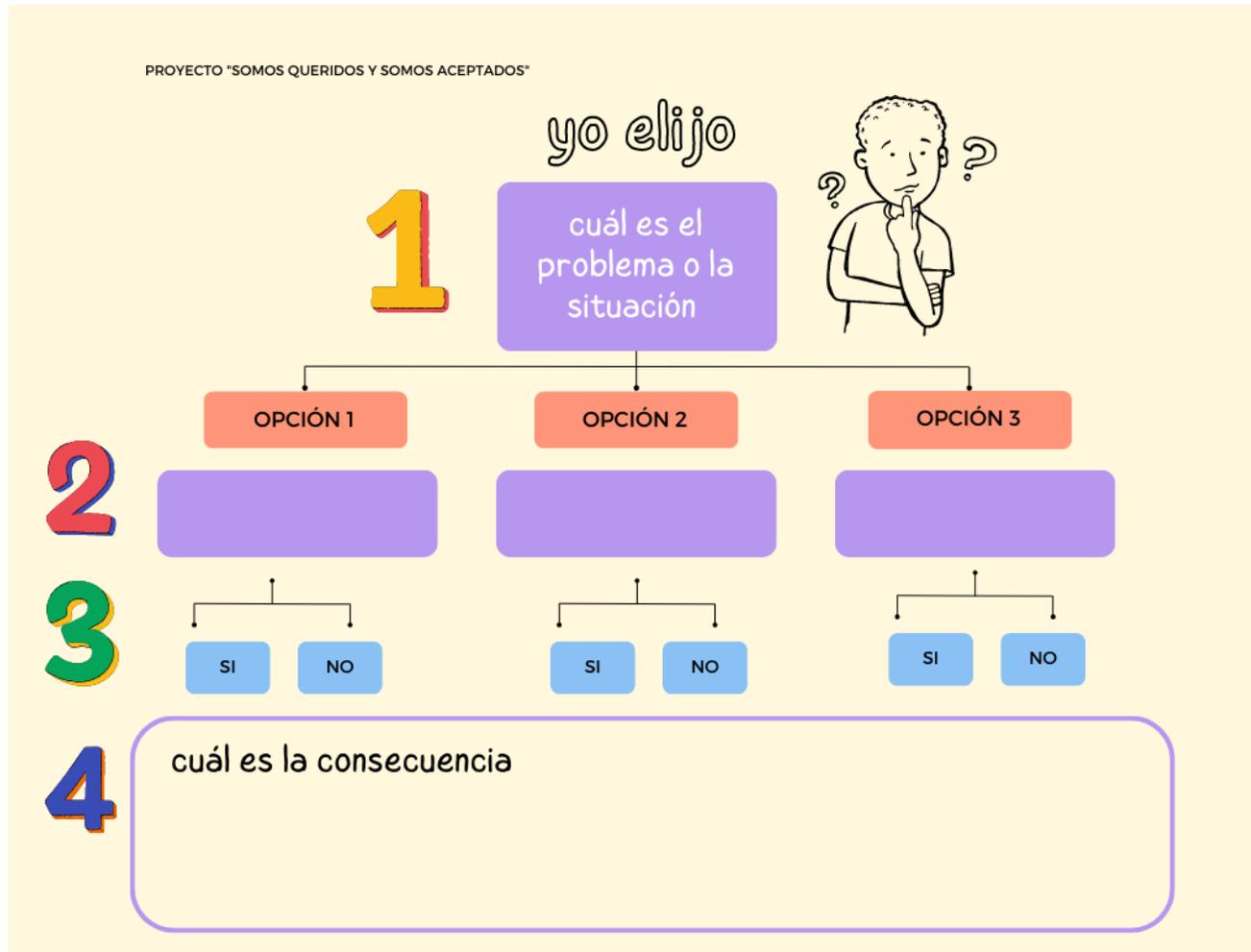


Las personas que son importantes para mi son:

-
-
-

Anexo 2: Recursos actividad 2

Guía para la toma de decisiones (elaboración propia) →



Tarjetas de situaciones (elaboración propia)→

Te han dado 10€ para comprarte lo que quieras. Tú quieres unas chuches, pero también sabes que si ahorras ese dinero podrás comprarte una pelota dentro de un tiempo.
¿Qué harías tú?



Te queda muy poco tiempo para salir de casa, pero están poniendo tus dibujos favoritos en la tele. Aún tienes que lavarte los dientes antes de irte y sabes que si te quedas viendo los dibujos no te dará tiempo. ¿Qué harías tú? ¿Qué crees que pasaría?



Mamá está hablando por teléfono y tienes que decirle algo importante que no quieres que se te olvide.
¿Qué harías?



Tienes que traer unas fichas muy importantes a clase hoy, pero se te han olvidado en casa.
¿Qué harías?



“Carlos está castigado sin salir, pero sus padres no están. Sus amigos le han llamado y le insisten para que baje un rato, ya que sus padres no se van a enterar.”



¿Qué harías tú?

Imagina que es tu cumpleaños, y abres un regalo pero no te gusta. La persona que te lo ha regalado está muy contenta por haberte hecho ese regalo.



¿Qué harías tú?

Han invitado a Juan a un cumpleaños y tiene que ir disfrazado, pero a él no le gustan los disfraces



¿Qué harías si fueras Juan?

Mamá te ha pedido que recojas los juguetes pero estás muy cansado y prefieres irte a tumbar al sofá. Mamá te avisa que si no recoges no podrás jugar mañana pero tú no la haces caso. ¿Qué crees que va a pasar?



Anexo 3: recursos actividad 3

Tarjetas con problemas (elaboración propia)→

Me ha quitado un juguete un
compañero 

 Me han hecho daño jugando
con los compañeros

No encuentro mi agenda/ el babi
/ mi abrigo  

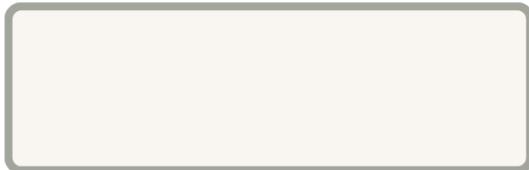
 No quieren jugar conmigo

Se me ha olvidado la
merienda / la botella ... 

Me han pegado 

 No sé hacer algo que me
han pedido

No quiero hacer algo porque no
me gusta/no estoy cómodo 



Rueda de las soluciones (elaboración propia)→



Rueda de las soluciones



Proyecto "Somos queridos y somos aceptados"

Anexo 4: recursos actividad 5

Microrrelato *Kintsugi* (elaboración propia) →



El kintsugi



Había una vez un emperador japonés, al cual le habían regalado un cuenco de cerámica muy especial. Le habían advertido que este cuenco era muy delicado y que debía tener cuidado para que no se rompiera, pero él no hizo caso de estas palabras y lo colocó en el borde de una mesa.

Un día el emperador tenía mucha prisa y pasó corriendo al lado de la mesa y el cuenco se cayó. Al ver el desastre, el emperador se echó a llorar. Tenía una frustración muy grande, porque sabía que había sido un error dejarlo ahí, a pesar de que le habían advertido de su delicadeza.

El monje pasó dos días enteros, llorando triste y enfadado por su error. Pero un día una chica que pasaba por el templo, se acercó y le dijo: ¿sabes que puedes reparar el cuenco de cerámica con Kintsugi? -¿Kintsugi, qué es eso? Respondió el emperador.

La chica muy amablemente le explicó que el Kintsugi es una técnica para reparar objetos de cerámica con oro fundido, de tal manera que cuando los arreglas, se ven las grietas de la ruptura marcadas con oro reluciente.

De esta manera, reparamos, objetos rotos y resaltamos sus grietas para hacerlos más bonitos. Al final obtenemos un nuevo objeto de cerámica diferente y más valioso, ya que lleva oro.

El monje sorprendido se alegró mucho, ya que iba a ser capaz de reparar su preciado cuenco de cerámica. La chica le ayudó, y finalmente quedó un nuevo cuenco muy bonito y especial.

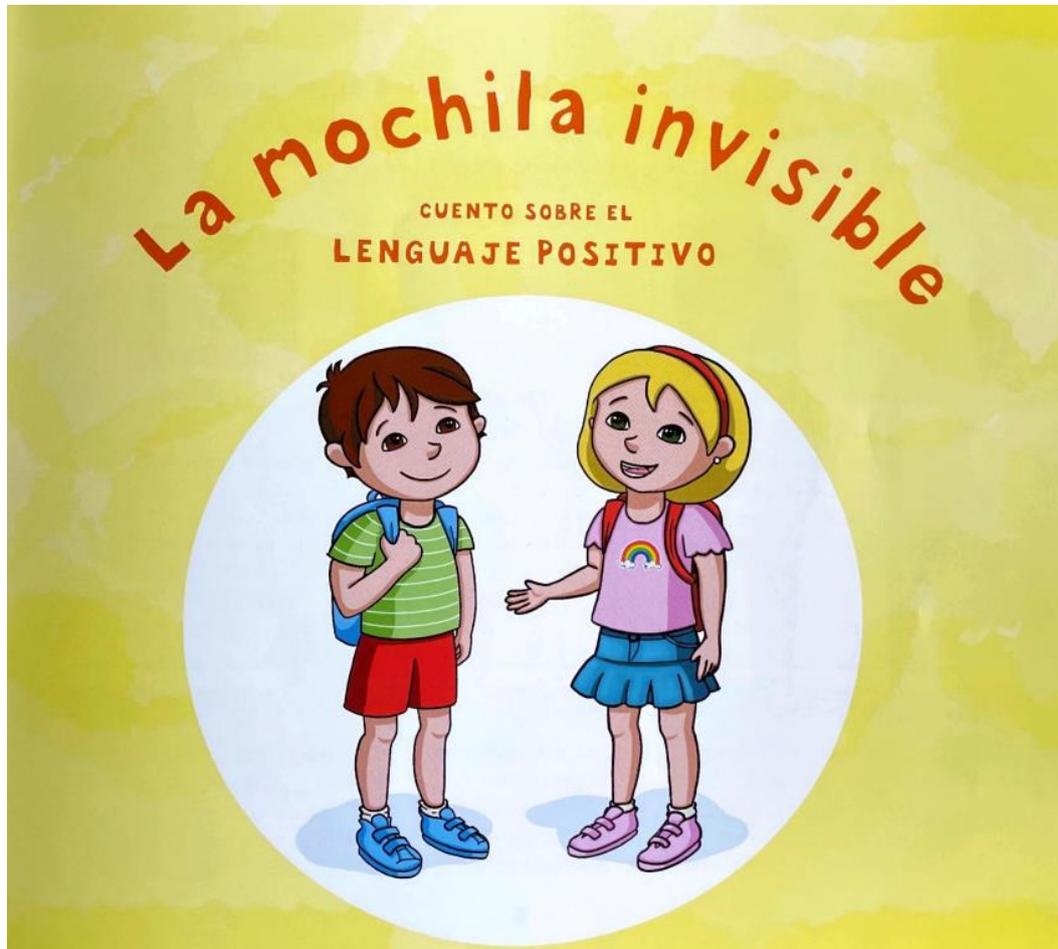
El monje se dio cuenta de que debemos utilizar los errores para aprender y no quedarnos lamentándonos y tristes, por lo que ha sucedido, si no sacar un nuevo aprendizaje y buscar soluciones.

*Kintsugi: consiste en reparar objetos rotos rellenando sus grietas en oro, de manera que se destaca la parte dañada, considerando que el objeto es más valioso si tiene historia, si ha sufrido y se ha recompuesto. Así que, en lugar de disimular las líneas de rotura, las piezas exhiben las heridas de su pasado, con lo que adquieren una nueva vida.

Proyecto "Somos queridos y somos aceptados"

Anexo 5: recursos actividad 6

Cuento “La mochila invisible” → <https://drive.google.com/file/d/1th-BsRjCPmCmR2EOWs2NfBhrawUswQkq/view?usp=sharing>



Morato, A. (2018). *De mayor quiero ser feliz: La mochila invisible*. BEASCOA

Anexo 6: recursos actividad 7

Tarjetas memory de los contrarios (elaboración propia)→

No corras por el pasillo	No copies	No molestes a tu compañero	No te cueles
camina porel pasillo	Céntrate en tu trabajo. Haz tú solo el ejercicio	Respeto a tu compañero. Espacio personal	Respeto el turno de cada uno

No os peleéis

No te muevas
de tu sitio

No hables

No chilles

Soluciona los
problemas
hablando. Sé
amable

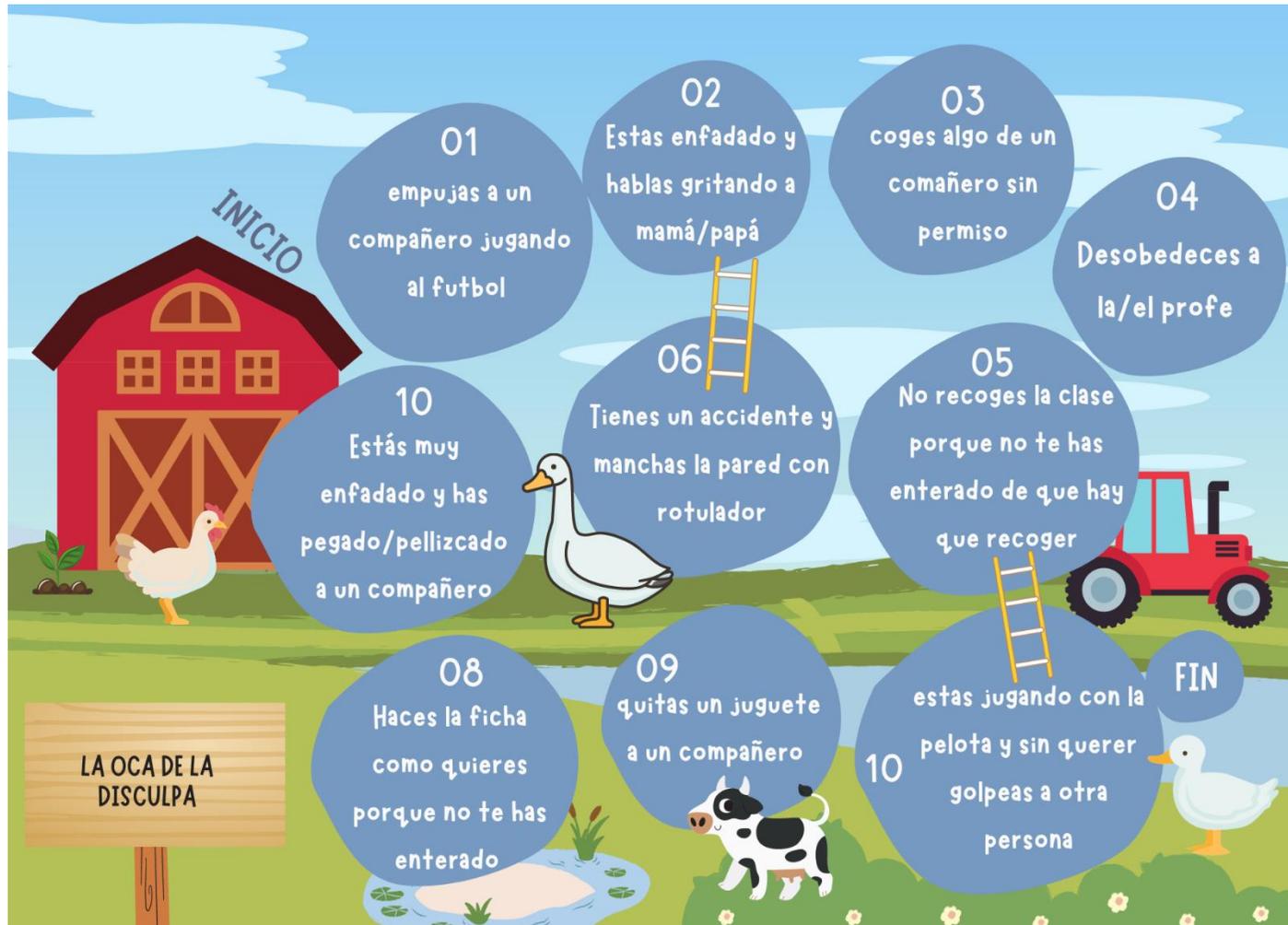
Mantente en tu
sitio. Nos
sentamos
correctamente
durante la
explicacion

Ahora es
turno de
estar en
silencio.

Habla mas
bajo

Anexo 7: recursos actividad 8

Tablero de La oca de la disculpa →



Tarjetas comodín→

Siento
mucho
esto que
ha pasado

A veces cuando
estoy
enfadado no se
cómo actuar,
perdón

No me había
enterado y me
he despistado,
lo siento.

Lo he hecho sin
querer pero lo
siento mucho.

No era mi
intención
hacerte
daño,
perdón.

Ha sido un
accidente,
aun así lo
siento.

Siento que
te hayas
sentido
así.

Lo siento,
no volverá
a ocurrir,
tienes
razón.

