



Capacitando a los alumnos en el desarrollo de habilidades socioemocionales con la disciplina positiva



En el siglo XXI no podemos seguir resolviendo los conflictos en la escuela como en el siglo XIX (castigos y más castigos). Es imprescindible capacitar a los alumnos con herramientas eficaces y ayudarlos a desarrollar habilidades emocionales y sociales para que ellos mismos sean quienes resuelvan esos conflictos de forma respetuosa y asertiva y así mejorar la convivencia dentro y fuera de las aulas.



Mercedes Arana Amor



Colegio La Presentación de Nuestra Señora (Madrid)

mercedes.aranaamor@lapresentacion.com

Primero: base teórica

En los últimos años cada vez se va escuchando más eso de “Educar en positivo”, pero realmente ¿qué es?, ¿toda la educación no es positiva?

Para entender un poco más de dónde parte la disciplina positiva, la Asociación de Disciplina Positiva de España en su web¹ nos explica un poco sus orígenes:

En 1920, Alfred Adler, médico y psicoterapeuta austríaco, introdujo por primera vez la idea de la educación para madres y padres. Abogó por un trato respetuoso hacia los niños pero también argumentó que los niños que no tenían límites o estaban sobreprotegidos podrían tener problemas sociales y de comportamiento.

Adler y su discípulo Rudolf Dreikurs apostaron por un enfoque amable y firme en la educación y por una crianza basada en el respeto mutuo. A esta nueva manera de entender la educación la llamaron crianza democrática. A finales de los años 30, sus teorías llegaron a los Estados Unidos de la mano del Dr. Dreikurs.

En 1988, Jane Nelsen y Lynn Lott, tras un profundo estudio de la psicología adleriana, adaptaron sus conocimientos y crearon lo que hoy en día conocemos como Disciplina Positiva. A partir de ese momento, empezaron a enseñar esta metodología educativa en clases experimentales para madres y padres, así como en el aula.

Actualmente, son más de 70 países en los que la Disciplina Positiva está siendo un referente educativo y social para crear contextos respetuosos y cooperativos.

Segundo: razones para aplicarla y resultados que esperamos

Hace algo más de 6 años, en el Colegio de La Presentación (Madrid) nos planteamos que si teníamos alumnos del siglo XXI no podíamos seguir resolviendo los conflictos como en el siglo XIX (castigos y más castigos) y que debíamos dotar a nuestros alumnos de herramientas eficaces y habilidades sociales para que ellos mismos fueran quienes resolviesen esos conflictos y mejorar la convivencia dentro y fuera de las aulas.

Desde esta premisa, iniciamos un intenso proceso de formación en Disciplina Positiva en el cole, incluyendo a



¿De dónde sacamos la absurda idea de que para que los niños se porten bien, primero hay que hacerlos sentir mal?

Jane Nelsen

todos los adultos que trabajamos en él (equipo docente de todas las etapas, PAS-personal no docente y empresa de monitores de patio y comedor) para integrar las bases y fundamentos de este modelo educativo e incorporarlo en todas las relaciones de la comunidad educativa.

Aprendimos que, como decía Alfred Adler, todas las personas (y por supuesto nuestros alumnos) buscan tener dos necesidades cubiertas para sentirse bien: el sentimiento de contribución y el de pertenencia.

Si les hacemos sentir que contribuyen al grupo y con ello que se sientan pertenecientes, muchos de los conflictos que se producen en las aulas se podrán evitar.

Otra de las palabras que también oímos mucho es “inclusión” y qué mejor para este fin que sentir que todos pueden contribuir desde sus diferencias y particularidades.

El sentimiento de pertenencia al grupo es fundamental que se trabaje desde pequeños ya que como dice un proverbio africano: “El niño que no sea abrazado por su tribu, cuando sea adulto, quemará la aldea para poder sentir calor”.

¹ <https://disciplinapositivaespana.com/que-es-la-disciplina-positiva/>



▲
Formación grupo PAS

Tercero: pasos de implantación

¿Cómo comenzamos a trabajar esta nueva metodología con nuestros alumnos? La implantación se hizo de manera progresiva:

1.º Curso. Dos profesores del centro nos certificamos en Disciplina Positiva en el Aula, para poder hacer seguimiento a los profesores y alumnos.

Se estableció que se comenzaría a trabajar con los alumnos de 1.º EP y en los siguientes años se ampliaría a otros cursos.

¿Por qué empezar por 1.º EP y no otro curso?, ¿por qué no hacerlo con todos los cursos a la vez?

Ese primer curso en el que comenzamos a trabajarlo con los alumnos, Carolina Huerta y yo, como orientadora, éramos las personas que entrábamos en el aula con la tutora para hacer las dinámicas con los alumnos en la hora de tutoría, ya que los profesores todavía no tenían la formación completa.

Durante ese curso se comenzó a formar a todos los profesores, fuesen tutores o no, ya que la disciplina positiva no es una cosa solo de tutoría o de tutores,

sino que la metodología debe aplicarse en cualquier momento y espacio del colegio.

En los siguientes cursos escolares ya se realizaron actividades de habilidades socioemocionales en todos los cursos de EP.

Desde el curso pasado 2021-2022 ya se realizan también dinámicas en Educación Infantil y Secundaria.

Cuarto: resultados

Llegados a este punto seguro que os preguntáis: pero, ¿ha funcionado?, ¿ya no se producen conflictos?, y las respuestas no son tan fáciles como un sí o un no. Me voy a explicar: ¿ha funcionado? Sí, se notan los resultados con los alumnos que llevan un recorrido de varios cursos, por ejemplo, cuando se produce un conflicto en el patio ellos, vienen a contártelo, pero no para que medies, sino como información, ya que también te explican cómo lo han resuelto.

Esto no quiere decir que ya no haya ningún conflicto que necesite la mediación de los profesores, pero es solo eso, la mediación para ayudarles a que ellos mismos encuentren la solución. El profe-

sor ya no es un juez que decide quién es el culpable y qué castigo se merece en cada caso.

Los alumnos de EI también utilizan mucho estas herramientas, especialmente las que les damos para que comiencen a gestionar los enfados o frustraciones, evitando explosiones de ira.

¿Y con los alumnos de secundaria? Bueno, ahí es un poco más complicado, puesto que los alumnos conflictivos son los que más rabia suelen tener dentro por llevar muchos años sin sentir que contribuyen ni pertenecen a ningún grupo, por dificultades familiares o por los propios cambios adolescencia...

Por esta razón, aparte de trabajar con los profesores para empoderarlos en su trabajo y darles herramientas, lo que está funcionando muy bien es establecer momentos especiales con los alumnos que lo necesiten, donde pueden venir al Departamento de Orientación para recibir escucha activa (sin juicios, críticas, ni reprimendas) sobre lo que les preocupa y ahí (de tú a tú) es cuando podemos trabajar con ellos las herramientas de habilidades socioemocionales.

Todos los que trabajamos en un colegio sabemos que una parte fundamental son las familias, ya que no sirve de nada que le expliquemos a un alumno qué puede hacer ante un conflicto o que los errores son maravillosas oportunidades de aprendizaje, si en su casa solo va a recibir castigos y gritos.

Por eso, también se han realizado Escuelas de Familias donde se ha formado



▲
Formación monitores de patio y comedor

a los padres que quieren... para poder ir todos en la misma dirección.

Por supuesto también se realizó una formación para el PAS y el personal de comedor, que son otra parte fundamental en la educación de nuestros alumnos.

Echando la vista atrás vemos todo el camino andado, lo que ha funcionado y lo que no y las dificultades que nos hemos encontrado por el camino, siendo la más destacada ¡la pandemia del covid!, que nos cortó el ritmo de compartir y nos obligó a adaptar nuestra forma de realizar las prácticas de disciplina positiva en el aula.

Ahora bien, aunque sabemos que queda mucho trabajo por hacer, ya estamos recogiendo los frutos de llevar 6 años trabajando la disciplina positiva en el colegio y vemos cómo nuestros alumnos no solo salen bien preparados académicamente, sino que son personas con las habilidades sociales suficientes como para enfrentar la vida con resiliencia •

HEMOS HABLADO DE

Disciplina positiva; escuela infantil; educar en positivo; primera infancia; implantación.

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en febrero de 2023, revisado y aceptado en abril de 2023.



PARA SABER MÁS

COLEGIO LA PRESENTACIÓN MADRID VICÁLVARO. (2021, 29 de abril). Disciplina Positiva [vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=yI7i8_dXRgw&t=40s

NELSEN, J. (2019). *Disciplina Positiva para niños con necesidades especiales*. Editorial Medici.

NELSEN, J. (2020). *Disciplina positiva para adolescentes*. Editorial Medici.

