

No basta el ponerse una careta, y ya está. El concepto de la normalización lleva consigo la verdadera disciplina, la disciplina interna.

«NORMALIZACIÓN: UN CAMBIO INTERIOR»

Loreto García Muriel. Centro Educativo Tomás Moro. México

La normalización

La normalización consiste en una buena utilización de nosotros mismos. Es el dominio de sí mismo. Es comportarse de la manera «que pide» cada situación, siendo genuino y congruente consigo mismo.

Implica actuar con la mente y con el corazón estableciendo un equilibrio entre los dos.

El concepto de la normalización lleva consigo la verdadera disciplina, la disciplina interna.

Etimológicamente, la palabra disciplina viene del verbo latino «discere» que significa aprender.

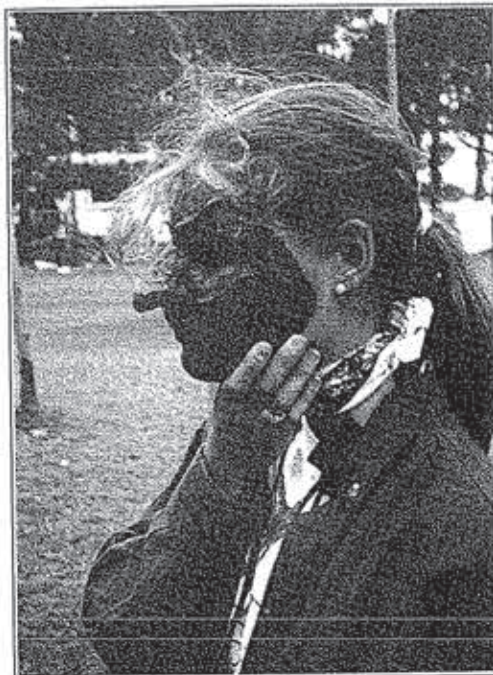
Por lo tanto, disciplina es propiciar las condiciones óptimas para que se promueva el aprendizaje grupal.

También podemos definir la disciplina como «una conducta ordenada, adecuada a las normas del lugar y del momento, con un equilibrado manejo de uno mismo».

Frecuentemente se confunde disciplina con aplicación de sanciones y se gasta energía en pensar y determinar las consecuencias y castigos que se impondrán a las transgresiones.

La disciplina es algo más, es un proceso que empieza en las actitudes personales del líder, de la autoridad, y en los objetivos que pretende; esto es mucho antes de que aparezcan las reglas, las normas, las faltas y los castigos.

Así pues, para facilitar el proceso hacia la disciplina interna, hacia la actitud constructiva, hacia la normalización, son importantes los aspectos que consideramos a continuación.



«La disciplina no es aplicación de sanciones»

Actitud del educador

1. Actitud natural, genuina, sincera:

Si pretendemos que la espontaneidad de los educandos se muestre de forma natural, ordenada y respetuosa, la actitud del educador debe ser un modelo a seguir, si es congruente y genuino.

El alumno aprende más de la «perso-

na» del maestro que del «rol» o «papel» que éste intente jugar.

na» del maestro que del «rol» o «papel» que éste intente jugar.

2. Actitud de afecto:

Que se traduce en aprecio, estima y valoración del alumno y de su trabajo.

Implica fe en él, con un profundo deseo y convicción de que es una persona en crecimiento, un ser con posibilidades de cambio, de superación y de actitudes constructivas.

Esta fe, si es auténtica, impulsa de manera significativa el desarrollo personal.

Una mirada benevolente, una muestra de ternura, un tono de voz agradable y amable, una palabra de aliento lleva al alumno a una mayor motivación y crea un ambiente grupal más armónico.

3. Asertividad y firmeza:

La claridad en los mensajes, la manera directa y asertiva de pedir y exigir, el modo respetuoso y consiste de actuar frente al establecimiento de normas y de las transgresiones va a crear seguridad en los alumnos.

La violencia, la agresividad, la improvisación, vuelven al niño más cuidadoso, pero no necesariamente más honesto.

La falta de límites, la ambigüedad en el establecimiento de normas y la falta de firmeza para cumplirlas, provoca que el niño o el joven utilice sus energías en probar «hasta dónde puede llegar», en vez de utilizarla para aprendizajes más creativos.



4. Liderazgo

Los niños y los jóvenes desean la autoridad de sus educadores; es la garantía de orden y de equilibrio, cosas que les son indispensables.

De hecho, cuando se da la verdadera capacidad de liderazgo existe obediencia con bastante facilidad.

El maestro o padre que se da a respetar por su calidad de persona y de autoridad, que no muestra actitudes de autoritarismo, ni intransigencia, ni debilidad, abandono o sumisión, es el que acompaña activamente a los educandos, los orienta, los guía y dirige al grupo a la consecución de objetivos constructivos.

«El joven necesita de un adulto, con actitudes, respuestas y reacciones de adulto.»

5. Madurez

Los jóvenes necesitan de un adulto con actitudes de adulto, con respuestas y reacciones de adulto.

Comprender empáticamente su comportamiento, «poniéndose en los zapatos del otro» para entender el porqué y el para qué de su actitud; esto nos ayuda a entrar en su mundo interior y a clarificar lo que necesita.

La respuesta que ellos necesitan es la de una autoridad «madura» que no pierde su lugar, ni se «engancha» con sus actitudes infantiles o adolescentes.

6. Congruencia y compromiso:

El educador es un modelo a seguir, su imagen y su comportamiento van a ser mucho más significativos que lo que expresa, recita y ordena.

Es necesario que padres y maestros cumplan sus propias reglas. El educador queda comprometido con la ley que proclama.

«El educador solamente puede ser ejemplo sometiéndose él mismo a la regla» (Cousinet).

PUESTA DE LÍMITES

Para acercarnos a la normalización, para lograr una genuina disciplina y para favorecer el sano desarrollo de nuestros hijos y alumnos, es necesario establecer los límites en los que han de moverse, es decir, las normas de trabajo y de convivencia.

Estos límites deben tener estas características:

1. Claros. Que se entiendan.
2. Pocos. Los necesarios.
3. Precisos: ajustan claramente lo que se pide o exige.

4. Accesibles. Son aplicables, se pueden cumplir.

5. Fundamentados. Tienen un porqué razonado.

6. Firmes. Se piden consistentemente.

7. Útiles. Existe un para qué de ellos.

Para establecer los límites, además de la actitud del educador, se requieren algunas técnicas:

a) Prohibir las cosas con claridad:

Es necesario expresar las limitaciones con sencillez y claridad. Ser concreto y preciso.

No dejar nada sobreentendido, ni utilizar comparaciones o metáforas.

b) Formular prohibiciones totales:

Las normas no deben dar pie a interpretaciones. La orden o la reglad es total. «Llegar a las nueve en punto» en lugar «llegar temprano»; «el último día de entrega del trabajo es el lunes a las once», no «es para la próxima semana».

c) Oportunidad y objetividad:

Al formular normas, es importante hacerlo en el momento preciso, cuando todos escuchen con atención, cuando son objetivas y útiles y no producto de un enojo.

d) Seriedad:

Se expresan firmemente, dando la importancia que merecen. No de broma, no de chiste, ya que así la obediencia también se vuelve de risa.

e) Ordenar acciones exteriores, no actitudes internas:

Las actitudes se promueven, no se «mandan». No se puede ordenar SER de una manera o de otra. Muchas veces una actitud externa no tiene relación con su comportamiento externo. La alegría, el interés, la amabilidad no se «ordenan», se motivan, se favorecen, se facilitan.

La norma debe ir hacia comportamientos verificables o comprobables, susceptibles

«Es necesario establecer los límites en los que nos movamos, las normas de trabajo y de convivencia.»

de evaluación clara. Por ejemplo, la puntualidad, la limpieza, la manera de expresarse, la forma de sentarse, etc.

f) Expresar los límites positivamente:

Los límites que se enfocan hacia valores positivos, hacia su utilidad y hacia su «para qué», motivan y alientan su cumplimiento y la realización de ellos logra satisfacción.

Es más constructivo «mantén ordenado tu salón» que «no tires papeles»; «ahora es momento de trabajar en silencio»

que «no hables mientras trabajas».

g) Respetar la dignidad de la persona:

Una norma es una guía que permite el mejor funcionamiento de las personas y de las cosas; es para cumplirse, no para vengarse o para canalizar el coraje o el mal humor del educador.

Los insultos, los gritos, la ironía y el desprecio no tienen sentido en el establecimiento de los límites y sí obstaculizan la autoestima.

Recordemos que las «normas» son para las personas, y si las denigramos, se convierten en «contra de las personas».

h) Hacerlos de manera participativa:

Si queremos crear auto-disciplina y no una obediencia coercitiva sin razones, la participación de los muchachos al establecer límites es de mucho provecho.

El que participa en la creación de las normas, se compromete en el cumplimiento de ellas.

i) Explicitarlos y recordarlos:

En ocasiones partimos del supuesto de que todos conocen las normas y de que las recuerdan en todo momento, pero frecuentemente es más constructivo que continua y consistentemente expresamos las «reglas» del juego; esto les hace ver claramente lo que se espera de ellos.

«La estructura es esencial e indispensable que propicia seguridad y tranquilidad.»

LA ESTRUCTURA

Así como la actitud del educador es lo primordial para lograr un ambiente de cordialidad y armonía tan necesario para llegar a la normalización, el establecimiento de límites y la estructura son elementos indispensables que propician la seguridad y un ambiente de tranquilidad, orden y autocontrol, ingredientes también necesarios para la disciplina interna.

La estructura es de dos tipos: externa o interna.

A. ESTRUCTURA EXTERNA

Lo que se ve, lo que se palpa, que tiene un uso específico y da la oportunidad de un ambiente de trabajo y de aprendizaje.

Por ejemplo:

Tener un espacio (sala de clases) ordenado, donde las «cosas» tienen una utilidad y se usan conforme a ese fin (mesas y sillas) en su sitio, mochilas en su lugar, libros, material de refuerzo, etc.).

Material de estructura que ofrece al

alumno visualmente un elemento que permite su autonomía y le hace ver claramente sus límites.

Ejemplo: calendario, agenda, autocontrol de guías, tareas, asistencia, preguntas para la investigación, plan diario, etc.

El orden y la limpieza de sus espacios, sus mesas, sus útiles ayudan a crear un orden y estructura del pensamiento.

B) ESTRUCTURA INTERNA

Implica crear el hábito de trabajo, de estudio, de convivencia sana...

Esto se manifiesta en:

1. Clases preparadas:

- Objetivo determinado previamente.
- Contenido claro
- Tiempos adecuados
- Grado de dificultad acorde a la mayoría del grupo

2. Seguir los pasos de una buena clase

- Retomar la clase o tema anterior
- Mencionar el tema de la clase
- Favorecer las hipótesis de los alumnos acerca del tema
- Explicación del tema
- Ejercicio o trabajo grupal (si así se planea)
- Conclusión, cierre del tema
- Determinar tarea, trabajo o actividad para reforzar el tema

3. Uso de material y recursos didácticos

- Que ayuden a la comprensión y retención del tema
- Uso de la pizarra
- De los libros
- Mapas, películas, etc.

Si quieres lograr una normalización en tu grupo; si pretendes ayudar a tus alumnos y tus hijos a una verdadera disciplina interna y a que vivan en medio de los demás ocupando su lugar y actuando con seguridad y responsabilidad, recuerda que los elementos más significativos, son:

1. Tu actitud como educador
2. El establecimiento adecuado de los límites
3. La estructura externa e interna

GUIA DE REFLEXIÓN PARA EL MAESTRO

Pensar en sí mismo, en nuestra actuación, en la realización personal es responsabilizarnos de nuestra propia vida, es hacer conciencia y éste es el paso que más nos impulsa a mejorar, modificar actitudes, superarnos y re-afirmarnos.

Te invitamos a que hagas esto periódicamente; te va a ser de mucha utilidad el diseñar un cuadro con tus reflexiones para que te permita evaluarte y observar el avance que vas teniendo.

1. Percibes, sientes, observas que tu grupo, en estos momentos, está normalizado

1	2	3	4	5
NO	ALGO	EN PROCESO	BASTANTE	SI

Escribe algunos indicadores que justifican tu respuesta:

2. En cuanto a tu actitud como educador, ¿cuál de las siguientes aparece en ti con mayor frecuencia?

- A. Una actitud natural, sincera
- B. Actitud afectuosa y comprensiva
- C. Actitud firme y asertiva
- D. Capacidad de liderazgo
- E. Actitud madura, de adulto
- F. Actitud congruente y comprometida

Mi actitud más frecuente: _____

Debo y quiero hacer un esfuerzo en: _____

3. ¿Qué características tienen los límites que yo establezco con mis alumnos?

4. De las técnicas perseguidas para establecer los límites:

Se me facilitan: _____

Se me dificultan: _____

5. ¿Cómo evalúo la estructura interna de mis clases en cuanto?:

A. Preparación de mis clases	1	2	3	4	5
B. Desarrollo de mi clase	1	2	3	4	5
C. Uso de material y recursos didácticos	1	2	3	4	5

Utiliza la siguiente escala:

1	2	3	4	5
Sin estructura		Algo estructurada		Muy estructurada

6. Elementos, material que utilizo en mi clase, y que me ayuda a establecer una estructura externa

7. Camino que quiero trazarme, acciones que deseo tomar para conseguir el logro de la normalización en mis grupos:

- a: _____
- b: _____
- c: _____
- d: _____

Recuerda: Aceptar las áreas a mejorar es crecer, decidirse por hacer mejor las cosas y trazarse retos significativos.

Vuelve a hacer este ejercicio en un mes, en dos... Sentirás el cambio y la propia satisfacción.

Cousinet.