



PRODUCTO FINAL

LA DISCIPLINA POSITIVA Y SU APLICACIÓN METODOLÓGICA EN EL ESPACIO EDUCATIVO

- GUÍA DE ESTRATEGIAS DE DISCIPLINA POSITIVA EN EL AULA
- MATERIALES PARA SU USO EN EL AULA
- ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN

ÍNDICE

1. GUÍA DE ESTRATEGIAS DE DISCIPLINA POSITIVA EN EL AULA.....	3
1.1. CUESTIONARIO PERSONAL PARA EL DOCENTE SOBRE DISCIPLINA POSITIVA.....	3
1. 2. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN POSITIVA.....	5
1.3. USO DE LÍMITES Y NORMAS DE MANERA RESPETUOSA (ERRORES DE COMUNICACIÓN Y ACCIÓN FRENTE A UNA RESPUESTA COHERENTE Y RESPETUOSA).....	7
1.4. ESTRATEGIAS PARA GESTIONAR LAS RABIETAS A TRAVÉS DE LA DISCIPLINA POSITIVA.....	10
2. MATERIALES PARA SU USO EN EL AULA.....	13
2.1. RUEDA DE LAS EMOCIONES.....	13
2.2. CARTEL DE CONCIENCIACIÓN DOCENTE.....	15
2.3. RINCÓN DE LA CALMA.....	16
2.4. ASAMBLEA Y NORMAS EN INFANTIL Y PRIMARIA.....	18
2.4.1. NORMAS EN EDUCACIÓN INFANTIL.....	18
2.4.2. NORMAS EN EDUCACIÓN PRIMARIA.....	20
2.4.3. USO DE LÍMITES Y NORMAS DE MANERA RESPETUOSA (ERRORES DE COMUNICACIÓN Y ACCIÓN FRENTE ANTE UNA RESPUESTA COHERENTE Y RESPETUOSA).....	23
2.4.4. PAUTAS PARA CELEBRAR LAS REUNIONES DE CLASE.....	25
2.5. DIARIO DE PLANIFICACIÓN DE REUNIONES.....	26
2.6. BATERÍA DE CONFLICTOS.....	27
3. ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN.....	31
3.1. INTRODUCCIÓN.....	31
3.2. CARACTERÍSTICAS DEL COMUNICADOR EN DISCIPLINA POSITIVA.....	31
3.3. CÓMO COMUNICAR ADECUADAMENTE EN UN ENTORNO EDUCATIVO DE DISCIPLINA POSITIVA.....	32

1. GUÍA DE ESTRATEGIAS DE DISCIPLINA POSITIVA EN EL AULA

1.1. CUESTIONARIO PERSONAL PARA EL DOCENTE SOBRE DISCIPLINA POSITIVA



Este cuestionario tiene como objetivo favorecer la reflexión del docente sobre la filosofía de la disciplina positiva. A través de esta evaluación personal y reflexión, se persigue que el propio docente haga un trabajo de conocimiento personal, para favorecer la toma de conciencia y el compromiso sobre su labor docente.

1. Descubre tu estilo educativo (nótese que consideramos firmeza en lugar de control):
 - a) Autoritario (+ firmeza, - afecto)
 - b) Permisivo (- firmeza, +/-afecto)
 - c) Sobreprotector (-firmeza, +afecto)
 - d) Democrático (firmeza equilibrada según la edad, + afecto)

Define cómo actúas de forma general en tu labor docente.

2. ¿Crees que establecer una conexión emocional con el alumno/a favorecerá las relaciones y facilitará el aprendizaje?
3. ¿Dedicas algún momento para trabajar las emociones con tus alumnos? ¿Utilizas algún material visible (registro, ayuda visual, carteles, etc.)?
4. ¿Tus alumnos/as comparten contigo sus emociones?

5. ¿Consideras que las habilidades para la vida deben trabajarse en la escuela? ¿Por qué?

6. ¿Fomentas la autonomía y la capacidad de toma de decisiones en tus alumnos?
¿Cómo?

7. ¿La metodología de tus clases ayuda a que los alumnos descubran sus habilidades?
¿Tienen momentos dentro del aula para desarrollar esas habilidades en las que destacan?

8. ¿Cada vez que estoy afrontando una situación me planteo si estoy siendo respetuoso
conmigo, con el niño y con la situación?

9. ¿Atender las necesidades individuales de mis alumnos hace que se sientan más útiles y
tenidos en cuenta? Pon ejemplos prácticos de tu vida docente.

10. ¿Asumo mi responsabilidad ante situaciones diarias en mi aula? En caso negativo, ¿qué
podría hacer yo de manera diferente para que la situación cambiase?

11. ¿Existen normas de convivencia visibles dentro de tu aula? En caso afirmativo, ¿las has
establecido tú solo o de acuerdo con tus alumnos/as? ¿Tus alumnos/as consideran
útiles estas normas?

12. ¿Cuándo te comunicas con tus alumnos/as tienes en cuenta los siguientes aspectos?

ASPECTOS:	SÍ	NO	A VECES
Escucho de forma activa.			

Valido los sentimientos.			
Utilizo un lenguaje amable y cercano.			
Aplico la búsqueda de soluciones conjuntas.			
Les enseño a aprender de los errores.			

13. ¿Tienes un espacio habilitado en tu aula que fomente el bienestar emocional (un espacio para recuperar la calma y al que el alumno/a pueda acudir de manera voluntaria)?

1.2. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN POSITIVA

1.2.1. JUSTIFICACIÓN

Si queremos mejorar nuestras relaciones sociales con la familia, los amigos y el entorno es importante aprender a comunicarnos manejando la escucha activa, las técnicas de comunicación asertiva y empática, etc. Todo esto redundará en la calidad de nuestras relaciones y, por lo tanto, en nuestra calidad de vida y nuestra autoestima, entre otros muchos beneficios.

Como ya sabemos, todo proceso comunicativo puede verse alterado por muchos factores: nuestras emociones, nuestra forma de expresarnos, nuestra forma de escuchar, nuestra comunicación no verbal...

Los tres aspectos fundamentales que influyen en la comunicación y que debemos conocer para poder mejorarla son: **la escucha activa, el uso de la empatía y la comunicación asertiva**. Estos aspectos se aprenden, se practican y se ensayan para poder llegar a dominarlos.

1.2.2. ESCUCHA ACTIVA

Implica:

14. Detectar el contenido relevante que tu alumno te quiere decir.
15. Detectar la emoción que está sintiendo fijándonos en su comunicación no verbal: brazos cruzados, poco contacto visual, postura corporal lateral...

16. Intentar evitar el aconsejar, interrumpir, dar soluciones, hablar de ti, llevar la contraria, sacar conclusiones precipitadas en base a prejuicios o experiencias pasadas, estar pensando en lo que vamos a contestar, pensar en tus cosas.
17. Lo ideal es que le dejes hablar hasta el final y que no tengas prisa en tu escucha.

Trucos y expresiones para llevarla a cabo

- e) Repite el mensaje principal y así entenderás mejor lo que te está contando: "lo que quieres decir es..." o "te refieres a...".
- f) Empatiza con el alumno y anímale a que continúe hablando: "para que yo lo entienda..." o "en resumen ..."
- g) Al escuchar, cuida tu comunicación no verbal. Mantén una postura frontal, un contacto visual directo, pero no desafiante; asiente, haz uso de gestos firmes y relajados, no cruces los brazos, mantén una proximidad física sin agobiar. De esta manera el alumno sentirá que estás entendiendo lo que te dice, que le escuchas.

Uso de la empatía

Para aprender a empatizar debemos practicar la escucha activa y tratar de identificar la emoción que el otro está sintiendo.

No estamos empatizando si:

Cambiamos de tema.

Preguntamos sobre cosas que no nos están contando.

Damos por hecho otras cosas. Por ejemplo, cuando creamos nuestra opinión en base a prejuicios.

Hacemos uso de expresiones como: "te lo dije", "no te preocupes" o "no pasa nada".

Tratamos de solucionar sin escuchar.

Comunicación asertiva (importancia de la comunicación no verbal).

La comunicación asertiva consiste en transmitir nuestros mensajes de forma clara y concisa, haciendo valer nuestra opinión ante los demás, sin ser maleducados ni agresivos, sino de manera respetuosa y tolerante. Este tipo de comunicación reduce el nivel de conflictividad.

Para expresarnos asertivamente debemos utilizar los mensajes "yo" ("pienso, siento, quiero") de una manera positiva y con un tono firme; debemos evitar ponernos a la defensiva manteniéndonos firmes en nuestra postura e invitando al diálogo.

Podemos utilizar mensajes como:

- "¿Qué podrías hacer para..." en lugar de "Me gustaría que hicieras..."
- Podemos usar "Entiendo tu opinión, ¿quieres saber lo que pienso yo?" como alternativa a "En mi opinión..."

- Podemos utilizar "Me hubiera gustado/hubiera necesitado que" preferiblemente a "Cuando hiciste esto (...), me sentí..."
- "Desearía que me dijeras cómo te sientes con respecto a..."
- "*Me siento x cuando gritas y necesitaría que hablaras más bajito*" mejor que "No me gusta que me grites..."
- "Te respeto y no estoy de acuerdo" en lugar de "Yo no estoy de acuerdo..." (en lugar de "estas equivocado")

Por otro lado, este estilo de comunicación implica también saber escuchar (escucha activa). Debemos detectar y controlar nuestras emociones para gestionarlas. Cuando, por ejemplo, nos invade la ira, estamos muy enfadados y no podemos escuchar o expresarnos adecuadamente, debemos parar, relajarnos y posponer el diálogo para otro momento.

Estilo de comunicación positiva

En resumen:

- Es importante que nuestra forma de comunicarnos sea amable a la vez que firme para no caer en la permisividad ni el autoritarismo.
- Establece contacto visual con tu alumno, sin retar ni dominar.
- El tono de voz y la postura corporal deben manifestar tranquilidad, y no imposición ni indiferencia.
- Ante un conflicto, valida sentimientos sin prejuicios, sin juzgar.
- Ante un daño (físico o emocional), en lugar de restar importancia o negar, intenta validar la emoción. Los niños saben que se sienten mal, pero a veces no pueden identificar la emoción que les ha atrapado. Cuando les ayudamos a poner un nombre a sus dolores y temores, les ayudamos a domarlos. Ejemplo:
 - "Eso puede doler mucho. Te he visto cuando corrías y de pronto te has tropezado y te has hecho una herida en la rodilla. ¿Después qué ha pasado?"
 - "Has llegado tú"
 - "Exacto. Te he ayudado a levantarte y te he abrazado. ¿Ahora te sientes mejor?"
 - "Sí"
 - "¿Quieres que te explique cómo ha sucedido?"

1.3. USO DE LÍMITES Y NORMAS DE MANERA RESPETUOSA (ERRORES DE COMUNICACIÓN Y ACCIÓN FRENTE A UNA RESPUESTA COHERENTE Y RESPETUOSA)

LÍMITES (RESPECTO MUTUO)

1. Necesarios
2. Comunicados con firmeza y respeto
3. Acordados e informados con anticipación
4. Está bien decir NO y después añadir un SÍ.

BENEFICIOS

- Saber qué esperar
- Aprenden a tolerar la frustración
- Consiguen respeto por el otro
- Identifican lo que se puede y no se puede
- Evita lucha de poderes

QUÉ HACER CUANDO SE TRASPASA UN LÍMITE

Hay que explicar el sentido o la razón de un límite porque así los estamos valorando como personas capaces de comprender.

Lo mejor es hacer preguntas abiertas: ¿cómo pasó? ¿Cómo crees que pasó? ¿Qué ideas tienes para resolverlo? ¿Qué has aprendido de lo que ha pasado?

HERRAMIENTAS PARA AYUDAR AL NIÑO LO QUE NECESITA SABER

Enseñar diferencia entre lo que se siente y lo que se hace

Implicar al niño en las decisiones

Enseñar respeto siendo respetuoso

Decir lo que queremos decir y mantenerlo con cariño y firmeza

Ser paciente

Actuar y no sermonear

El poder del todavía

ALTERNATIVAS AL DESAFÍO

- Actúa con cordialidad
- Reorienta el poder pero buscando la colaboración.
- Deja que los niños participen y ayuden
- Dale una opción limitada
- Haz una petición razonable
- Di cómo te sientes
- Usa una palabra o una señal para que el alumno pueda concienciar una situación
- Preguntar más y decir menos, compartir el poder, dar opciones válidas y respetuosas para todos.

HERRAMIENTAS DE LA DISCIPLINA POSITIVA PARA UTILIZAR LA MOTIVACIÓN DE UN MODO EFICAZ

- Motivar al niño en el momento justo. Hágalo en un momento en el que usted esté preparado para motivarlo y él esté receptivo a su motivación.
- Utilizar mensajes en primera persona donde se responsabiliza de lo que siente.
- Retirarse del conflicto. (Haga una pausa obligada positiva si es posible).
- Acordar reunirse con el niño cuando los dos hayan tenido tiempo para calmarse y sentirse mejor.
- Invitar a incluir su problema en la agenda de la próxima reunión de clase.
- Escuchar. Recordar que los niños escuchan cuando se han sentido escuchados.
- Utilizar los cuatro pasos para tener colaboración.
- Centrarse en las conductas positivas no en las negativas.
- Pensar juntos en cómo puede el niño mejorar en las áreas que necesita para hallar soluciones que sean respetuosas para los dos.
- Centrarse en el reconocimiento y la mejora no en la perfección.

- Reorientar la mala conducta y entender qué mensaje nos está dando (Metas Erróneas).
- Apoyar al niño en la reparación del daño que causa con sus errores; Ayudar a la reflexión y conclusión usando preguntas de curiosidad (obviar el porqué).
- Eludir la presión social.
- Pasar regularmente (ratos especiales) con cada uno de los alumnos.
- Motivar en vez de elogiar.
- Motivar a los niños para que se evalúen a sí mismo.
- Evitar las críticas.
- Invertir tiempo en enseñarles para que ellos sepan claramente que se espera de ellos.
- Hacer preguntas guiadas para confirmar que el niño ha comprendido la decisión final.
- Informar al niño con antelación.
- Implicar a los niños en la creación de tablas de rutinas.
- Enseñarles que los errores son oportunidades maravillosas para aprender.
- Dejad de exigir, sermonear y decir y, en su lugar, hacer preguntas de curiosidad.
- Probar con un abrazo.

1.4. ESTRATEGIAS PARA GESTIONAR LAS RABIETAS A TRAVÉS DE LA DISCIPLINA POSITIVA.

1.4.1. LA RABIETA

La rabieta forma parte de la vida del niño, no hay que verla de manera negativa, hay que aceptarla y aprender a gestionarla. Las rabietas son una descarga emocional natural en el desarrollo del niño.

Ver el conflicto como una:

OPORTUNIDAD.

Cuando se presenta una rabieta, a la hora de enfrentarnos a ella tenemos que transmitir un mensaje positivo: **AMOR, CONFIANZA Y CERCANÍA.**

Es muy importante mirar siempre al niño a los ojos y escucharle (los niños escuchan si se sienten escuchados). Nunca juzgarles. Respetar que no quiera que estés cerca o mires; estar presente y disponible de manera que podamos crear vínculo.

1.4.2. TIPOS DE RABIETAS

DENTRO DE LAS RABIETAS PODEMOS DIFERENCIAR DOS TIPOS:

- 1 **Prevenibles**
- 2 **No Prevenibles**

1. Están muy ligadas al ritmo de la vida (el sueño, la alimentación el aseo...). Podemos tomar medidas antes de que aparezca la rabieta.

2. Surgen de repente y no se han podido evitar

Es muy importante que antes de gestionar e intentar solucionar el conflicto:

EL NIÑO TIENE QUE ESTAR CALMADO Y NOSOTROS TAMBIÉN

4.3. CONSEJOS PARA APLICAR EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS:

- h) Hay que dejar hacer al niño (fomentar su autonomía)
- i) Moderar el uso del NO, mostrarle un límite de forma positiva
- j) Hacer juegos de descarga de adrenalina , estos ayudan a que el enfado baje de intensidad
- k) Respetar su momento y siempre ofrecerle un abrazo
- l) Relativizar y no vivir la rabieta como un dolor
- m) Ayudar al niño a darle nombre a sus sentimientos
- n) Validar los sentimientos del niño que le producen una rabieta

TODO LO EXPUESTO ANTERIORMENTE SIEMPRE DESDE

EL RESPETO

Las rabietas no son una batalla, no son una lucha donde tiene que salir un ganador. Son una etapa del desarrollo que depende de cómo afrontemos la ayuda al desarrollo de habilidades socioemocionales o no; el papel del adulto, en un secuestro amigdalario, es estar presente acompañando, sin invadir, modelando la calma para que las neuronas espejo hagan su trabajo, ofreciéndose para abrazar y respetando que no quieran, transmitiendo que estamos ahí si nos necesitan.

Muchas veces en plena rabieta creemos aceptable "el distanciamiento" y decir al niño: "Búscame cuando estés preparado". Ésto jamás; el mensaje es que abandonamos en su malestar, que, además, no saben gestionar. Su cerebro está lleno de sustancias que impiden la escucha y el razonamiento, transmitimos que estamos ahí para lo que necesite, nosotros somos correguladores de la emoción, nuestra calma es su calma: presencia y disponibilidad siempre.

Una vez pasada la rabieta , juntos hay que: **BUSCAR SOLUCIONES**

Después de la rabieta, el niño **nunca** tiene que sentirse culpable

**NO HAY NIÑOS DIFÍCILES; LO DIFÍCIL ES SER NIÑO EN UN MUNDO DE ADULTOS CANSADOS,
OCUPADOS, CON PRISA Y SIN PACIENCIA**

2. MATERIALES PARA SU USO EN EL AULA

2.1. RUEDA DE LAS EMOCIONES

A continuación, adjuntamos este material de elaboración propia, diseñado de una manera que sea fácilmente comprensible por todo el equipo docente.

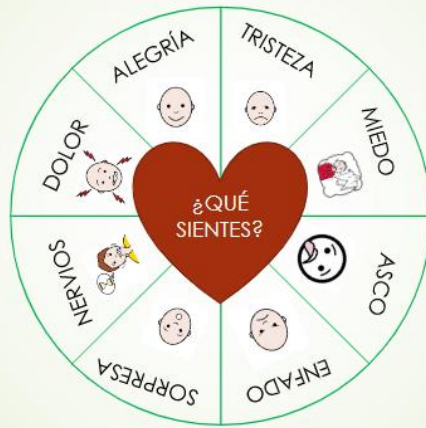
LAS RUEDAS EMOCIONALES



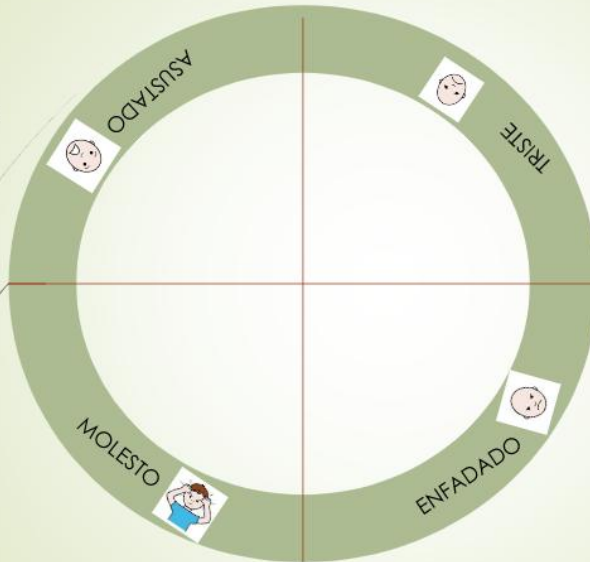
LA RUEDA EMOCIONAL, APRENDIENDO A GESTIONAR LAS EMOCIONES.

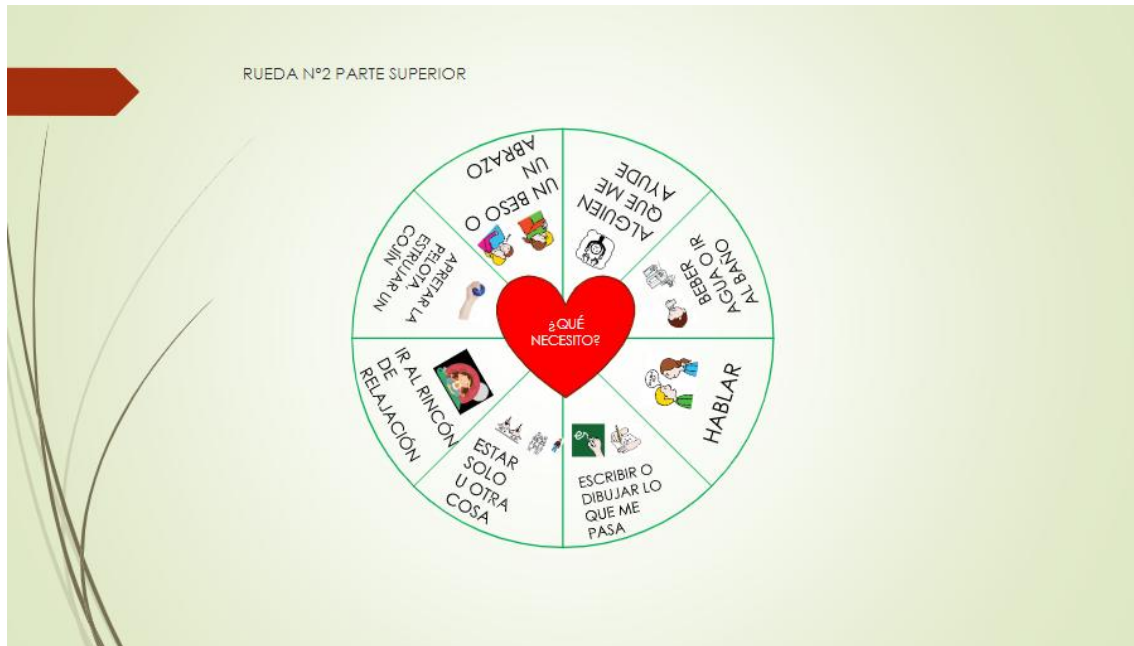
- Para trabajar la rueda emocional, primero debemos trabajar la identificación de emociones y sentimientos (para eso, disponemos material del proyecto: puente de mediación).
- Rueda 1 (identificamos emociones): su uso será diario. Se pondrá en un lugar visible del aula, de fácil acceso a los alumnos/as. Con esta herramienta, el niño aprenderá a identificar su emoción de forma natural. Colocará su pinza con su foto o con su nombre en la emoción que él sienta.
- Rueda 2 (aprendemos a gestionar emociones): esta rueda se utilizará cuando haya una emoción difícil de gestionar. Se intentará que los niños aprendan estrategias para gestionar, mostrándole diversas opciones. Al principio, será necesario que el adulto esté presente, pero de lo que se trata es que el alumno/a maneje la rueda de forma autónoma.
INSTRUCCIONES DE MONTAJE: se superpone la rueda 2 superior sobre la rueda 2 inferior.

RUEDA N°1



RUEDA N°2:
PARTE INFERIOR





2.2. CARTEL DE CONCIENCIACIÓN DOCENTE

Este cartel deberá estar expuesto y fácilmente visible por la comunidad educativa. Así mismo, se facilitará a cada docente para que lo utilice como más convenga.

BASES DE LA DISCIPLINA POSITIVA

- ❖ Trata al niño como a un **igual**.
- ❖ Sé **amable pero firme**.
- ❖ **Anima y da aliento**. Fíjate en el **proceso** más que en el **resultado**.
- ❖ **Valida su emoción** en sus bloqueos o conflictos.
- ❖ **Observa, escucha y no juzgues**.
- ❖ **Sin** sentido de **pertenencia al grupo**, no hay **equilibrio emocional**.
- ❖ Todos **somos imperfectos** y no hay que sentirse mal por ello.
- ❖ El **error es** una oportunidad de **aprendizaje**.
- ❖ Sé **empático** y **respetuoso**.
- ❖ Las emociones bloquean. **Sin calma no** hay **resolución** de conflictos.

**RECUERDA QUE ERES MODELO DE APRENDIZAJE.
TODO LO QUE HACES Y DICES TIENE UN EFECTO DIRECTO
SOBRE LOS NIÑOS.**

2.3. RINCÓN DE LA CALMA

Es un espacio preparado para ayudarnos a recuperar la calma y la tranquilidad cuando sentimos que estamos emocionalmente desbordados, cuando hemos perdido el control.

Hay algunas condiciones indispensables para que el rincón de la calma sea una herramienta útil, que nos sirva para la autorregulación y el autocontrol y no sea un simple castigo disfrazado de respeto:

1. Primera y fundamental: **al rincón de la calma se va por voluntad propia**. Se puede preguntar si se quiere ir, se puede ofrecer esa opción; pero nunca, jamás, se manda a nadie a ir allí. La idea es que aprendamos a controlar nuestras emociones y no podemos aprender autocontrol si la solución nos viene impuesta desde fuera.
2. **No hay dos rincones de la calma iguales**. Se trata de un lugar al que vamos para conseguir recuperar la serenidad que hemos perdido y por lo tanto, en él habrá materiales que nos permitan hacer actividades que nos ayuden a estar tranquilos u objetos que nos ayuden a relajarnos. **EL RINCÓN DE LA CALMA ES EL MISMO PARA TODOS LOS DEL AULA PORQUE TIENE EL TOQUE DE TODOS, TODOS HAN CONTRIBUIDO A SU CREACIÓN. ES UN LUGAR CREADO POR TODOS PARA TODOS.**
3. Antes de los 4 años no suelen estar preparados para manejar sus emociones en soledad, **NO EXISTE LA REGULACIÓN, SU CEREBRO "NO TIENE FRENOS"** LA CALMA DEL ADULTO ES LA CALMA DEL NIÑO, **HAY QUE ACOMPAÑAR Y SER REFERENTE Y LUGAR SEGURO PARA ÉL**, por lo que hasta ese momento si quieren ir al rincón de la calma es mejor que lo hagan **acompañados por un adulto** que les ayude validando sus emociones y ofreciéndoles alternativas para recuperarse. Cuando sean un poco mayores pueden elegir si prefieren ir solos o acompañados.
4. **Nadie te dice cuánto tiempo tienes que estar allí**. Si la situación lo permite, pueden quedarse allí el tiempo que necesiten, no importa si son cinco minutos o una hora.
5. **No vamos al rincón de la calma para resolver conflictos allí**. Para tratar los conflictos que surjan podemos utilizar la mesa de la calma, pero el rincón de la calma no tiene esa función, es una especie de retiro donde conseguir volver a la calma cuando hemos «perdido los nervios». El objetivo es aprender a utilizar el tiempo fuera como una herramienta para fomentar el autocontrol; una vez recuperada la calma podemos volver al conflicto inicial para buscar soluciones desde el respeto.

2.3.1. QUÉ PODEMOS TENER EN EL RINCÓN DE LA CALMA

En líneas generales podemos tener cualquier objeto que los niños nos reclamen o quieran, pero vamos a poner un ejemplo de algunos de ellos:

		
CORTINA DE LUCES SENSORIALES	PLUMAS	BOTELLAS DE LUCES
		
LUCES EN EL TECHO	ESPONJAS SUAVES	MOLINILLOS
		
OBJETOS LUMINOSOS	OBJETOS SUAVES	OBJETOS CON LUZ BLANCA
		
OBJETOS DE APEGO	INSTRUCCIONES CON PICTOGRAMAS	SEÑALIZACIÓN DEL RINCÓN

2.4. ASAMBLEA Y NORMAS EN INFANTIL Y PRIMARIA

2.4.1. NORMAS EN EDUCACIÓN INFANTIL

ASAMBLEA DE NORMAS DE CONVIVENCIA

Para un buen funcionamiento de la dinámica del aula es necesario establecer unas normas. Basadas en el **RESPECTO**

En Educación infantil, las normas tienen que ser:

- Claras
- Concretas
- Coherentes (tienen que ser cumplidas por todas las personas del aula incluido el docente)
- Colaboración (por parte de las familias Y LOS NIÑOS)

Es importante que las normas estén en un sitio fijo y visible.

Las normas se presentan en la Asamblea SE PREGUNTAN Y REPASAN JUNTOS y se recuerdan día a día, antes de empezar una actividad. SE PREGUNTAN A ELLOS: ¿CÓMO ÍBAMOS A...?

En infantil las normas están apoyadas **EN UN SOPORTE VISUAL**.

A lo largo del curso pueden presentarse ocasiones donde tengamos que poner una nueva norma, antes de establecerla hay que explicárselo a los alumnos y hacerles partícipes de esta decisión.

En el aula de Infantil, tenemos dos caras: una triste y otra contenta. Bajo la cara triste están los dibujos de las acciones que no podemos hacer y debajo de la cara contenta están las acciones que sí debemos realizar. Ambos tipos de acciones son las siguientes:

- | | |
|------------------------|--|
| .No correr | .Andar despacio |
| .No gritar | .Hablar bajito |
| .No pegar | .Dar besos y abrazos, tratar con cuidado |
| .No tirar los juguetes | .Recoger, |

A continuación presentamos una serie de normas visuales utilizadas en el ciclo de infantil.



Foto 3

**RECOGER Y ORDENAR LOS MATERIALES
DE TRABAJO**



Foto 4

**COLGAR
NUESTRO
ABRIGO
Y MOCHILA**



Foto 6



Foto 5

**USAR
LA
PAPELERA**



Foto 8



Foto 7

COMPARTIR MATERIALES



Foto 9



2.4.2. NORMAS EN EDUCACIÓN PRIMARIA

En Primaria no se lleva a cabo la Asamblea de manera conjunta y consensuada como algo común para todos los niveles si bien, son algunas tutoras las que sí consideran importante dedicar un tiempo y un espacio fijo para su celebración diaria. Lo que sí es general es la existencia de muchos momentos para tratar temas que surgen como conflictos.

A continuación, se adjunta una compilación de las normas que se utilizan en esta etapa. No todas las normas se aplican en todas las clases.

Dominan las normas que están redactadas en lenguaje positivo y que ayudan a la persona a actuar de una manera consciente y responsable. Estas normas han de salir de ellos, hay que hablarlas, preguntarlas, si no salen ya preguntaríamos, por ejemplo, ¿cómo nos tratamos unos a otros? ¿cómo podemos lograr tratarnos bien, cómo lo haríais? Implicación siempre, si no, de nuevo estamos imponiendo, de nuevo estamos en la verticalidad.

1. Trabajamos en equipo.
2. Nos divertimos.
3. Hemos conocido más y mejor a nuestros compañeros.
4. Debatimos.
5. Aprendo de otros y de lo que trabajamos.
6. Repartimos tareas ordenadamente.
7. Respetamos las normas generales.
8. Aprendemos de nuestros errores.
9. Nos ayudamos (compañerismo)
10. Intentamos aprender de nuestros errores.
11. Respetamos a otras personas.
12. Trae tu material completo.
13. Traigo hechas las tareas.
14. No olvides decir "por favor" y "gracias".
15. Haz una fila.
16. Levanta tu mano para expresarte; respeta el turno de palabra.
17. Comparte con los demás.
18. Sé amable y respetuoso; no gritamos y no pegamos.
19. Tratamos a los demás con cariño.
20. Trabaja en silencio.
21. Camina, no corras.
22. Respeta el espacio personal.
23. Escucha a tu maestra.
24. Pon la basura en su lugar.
25. Recoge tus materiales.
26. Pido permiso para levantarme.
27. Digo "Buenos días" y "hasta mañana".
28. Creemos en nosotros mismos.
29. Disfrutamos aprendiendo (ya que tenemos que hacer una tarea obligatoria y no lúdica, afrontarla de manera más positiva)
30. Trabajamos duro.
31. Somos creativos.
32. Lo hacemos lo mejor que podemos.
33. Somos un equipo.
34. Nos sentamos correctamente.
35. Seguimos las instrucciones de tu maestra o las que se explican en tu libro.

36. Soy puntual.
37. Utilizo las papeleras.
38. Separo los residuos en sus cubos correspondientes: papel y cartón, orgánico (restos de comida), envases (plásticos, envases de zumos o batidos, bolas de papel de plata...)
39. Pregunto a mi maestra si tengo cualquier duda.

Se entienden conductas negativas las que siguen (aquí se alude a las metas erróneas, que no hay conductas negativas sino malas decisiones que buscan cubrir una necesidad y que el adulto debe ser capaz de descifrar):

1. Generar escándalo.
2. Perder el tiempo.
3. Tener peleas y conflictos.
4. Organizarnos y repartir las tareas de forma errónea.
5. Correr y jugar en clase.
6. Perder el material (dinero, piezas y fichas...)
7. Faltar el respeto a los compañeros.
8. La falta de acuerdo, es un trabajo fallido.

En el momento en que se cumplen o no se cumplen estas normas, pueden expresarse, desde los docentes, frases de aliento y no de elogio; con firmeza, y no como control. Esas frases que alientan y ayudan a que el niño y la niña desarrollen seguridad en sí mismos y una responsabilidad propia –y no en base a complacer al adulto-. Estas frases pertenecen al material que nos ha proporcionado la ponente María José Román.

1. ¿Cómo has resuelto ese problema?
2. Cuéntame acerca de lo ocurrido...
3. ¿Qué opinas sobre lo que ocurrió esta mañana con martina?
4. Aprecio tu ayuda.
5. Gracias por recoger los materiales.
6. ¿Me enseñas la forma apropiada de sentarse?
7. Lo lograste. Debes estar muy orgullosa de ti misma.
8. ¿Qué sientes con lo ocurrido? me interesa tu opinión.
9. Puedo ver que te gustó ayudar a miguel con su trabajo.
10. Eres importante para mí. Gracias por tu colaboración.

Y sustituimos las frases de elogio por las que acabamos de ver, ya que el elogio como el castigo, resultan contraproducentes a la hora de que el niño y la niña desarrolle una propia seguridad en sí mismo y una propia responsabilidad como individuo que actúa en una sociedad a la que pertenece:

1. ¿Cómo has resuelto ese problema?
2. Cuéntame acerca de lo ocurrido...

3. ¿Qué opinas sobre lo que ocurrió esta mañana con Martina?
4. Aprecio tu ayuda.
5. Gracias por recoger los materiales
6. ¿Me enseñas la forma apropiada de sentarse?
7. Lo lograste. Debes estar muy orgullosa de ti misma.
8. ¿Qué sientes con lo ocurrido? Me interesa tu opinión.
9. Puedo ver que te gustó ayudar a Miguel con su trabajo.
10. Eres importante para mí. Gracias por tu colaboración.

Si el niño o la niña han infringido una norma, ésta es una oportunidad para que conozcan las consecuencias de sus actos ya que los errores son una magnífica excusa para aprender. Han infringido la norma, luego se ha producido un problema así que ¿cuál es la solución?

1. La solución, en la que el niño será un personaje activo, tendrá relación con la conducta que tuvo y que fue infractora.
2. La búsqueda de soluciones, o la infracción, no debe conllevar culpa, vergüenza o dolor; debe ser respetuosa.
3. La solución debe ser justa para el docente y el alumno infractor.
4. También ha de ser útil: borraremos la pintada que has hecho en la mesa para que quede limpia y utilizable para el resto del día y para otros compañeros. Esto ha de salir de él y lo hará si al enfocarnos en soluciones se pregunta: ¿qué puedes hacer para que la mesa quede como estaba? Y agradecer, siempre agradecer.

Adulto y niño participaremos juntos en la búsqueda de soluciones y buscaremos de forma acordada una fecha para llevar a cabo la solución. Como el niño se ha involucrado en la búsqueda de la solución, sentirá que ha sido respetado, más motivado y con más talante de colaboración.

Otra forma de reforzar las conductas que se desean en el contexto escolar donde la docente interacciona con sus 25 alumnos y para conseguir que las normas estipuladas sean más efectivas sería mediante una serie de enunciados formulados como sigue a continuación (Fuente: Alternativas al elogio y la alabanza, de María José Román):

DESCRIBIR DE FORMA OBJETIVA:

- ¡Has sacado el libro y el cuaderno!
- Hoy estas escribiendo el resumen súper concentrado
- Me he fijado que llevas tres días haciendo los ejercicios sin ayuda

PREGUNTAR:

- ¿Cómo has hecho ese dibujo?
- ¿cómo te sientes por haberlo conseguido?
- ¿qué has hecho para conseguir terminarlo a tiempo?

EMPODERAR:

- Sé que podéis solucionarlo solos
- Tú puedes conseguirlo
- Confío en ti

AGRADECER:

- Te agradezco que tires la basura en el cubo/ que levantes la mano para hablar
- ¡Gracias por tu ayuda!
- Gracias por consolar a tu compañera (a la que le han dado una mala nota)

2.4.3. USO DE LÍMITES Y NORMAS DE MANERA RESPETUOSA (ERRORES DE COMUNICACIÓN Y ACCIÓN FRENTE ANTE UNA RESPUESTA COHERENTE Y RESPETUOSA)

Es evidente que tenemos que establecer un marco normativo para favorecer el funcionamiento pero los docentes tenemos que garantizar su cumplimiento desde el respeto y los postulados que defiende la Disciplina Positiva.

A. LÍMITES (RESPETO MUTUO)

1. Necesarios
2. Comunicados con firmeza y respeto
3. Acordados e informados con anticipación
4. Está bien decir NO

B. BENEFICIOS

1. Saben qué esperar
2. Aprenden a tolerar la frustración
3. Consiguen respeto hacia el otro
4. Identifican lo que se puede y no se puede
5. Evita lucha de poderes

C. QUE HACER CUANDO SE TRASPASA UN LÍMITE

Hay que explicar el sentido o la razón de un límite porque así los estamos valorando como personas capaces de comprender. Cuando un límite se traspasa, pasan cosas. Indaga con preguntas, guía la reflexión, recuerda lo que sí puede hacer en lugar de lo que no.

Lo mejor es hacer preguntas abiertas: ¿cómo pasó? ¿Cómo crees que pasó? ¿Qué ideas tienes para resolverlo? ¿Qué has aprendido de lo que ha pasado?

D. HERRAMIENTAS PARA AYUDAR AL NIÑO LO QUE NECESITA SABER

1. Enseñar diferencia entre lo que se siente y lo que se hace
2. Implicar al niño en las decisiones
3. Enseñar respeto siendo respetuoso
4. Decir lo que queremos decir y mantenerlo con cariño y firmeza
5. Ser paciente
6. Actuar y no sermonear
7. El poder del "todavía"

E. ALTERNATIVAS AL DESAFÍO

1. Actúa con cordialidad
2. Reorienta el poder
3. Deja que los niños participen y ayuden
4. Dale una opción limitada
5. Haz una petición razonable
6. Di cómo te sientes
7. Usa una palabra o una señal.
8. Pregunta en lugar de mandar, comparte dando opciones.

F. HERRAMIENTAS DE LA DISCIPLINA POSITIVA PARA UTILIZAR LA MOTIVACIÓN DE UN MODO EFICAZ

1. Motivar al niño a en el momento justo. Hágalo en un momento en el que usted esté preparado para motivarlo y él esté receptivo a su motivación.
2. Utilizar mensajes en primera persona donde se responsabiliza de lo que siente.
3. Retirarse del conflicto. (Haga una pausa obligada positiva si es posible).
4. Acordar reunirse con el niño cuando los dos hayan tenido tiempo para calmarse y sentirse mejor.
5. Invitar a incluir su problema en la agenda de la próxima reunión de clase.
6. Escuchar. Recordad que los niños escuchan cuando se han sentido escuchados.
7. Utilizar los cuatro pasos para tener colaboración.
8. Centrarse en las conductas positivas no en las negativas.
9. Pensar juntos en cómo puede el niño mejorar en las áreas que necesita para hallar soluciones que sean respetuosas por los dos.
10. Centrarse en el reconocimiento y la mejora no en la perfección.
11. Reorientar la mala conducta.
12. Apoyar al niño en la reparación del daño que causa con sus errores.
13. Eludir la presión social.
14. Pasar regularmente (ratos especiales) con cada uno de los alumnos.
15. Motivar en vez de elogiar.
16. Motivar a los niños para que se evalúen a sí mismo.
17. Evitar las críticas.
18. Invertir tiempo en enseñarles para que ellos sepan claramente que se espera de ellos.
19. Hacer preguntas guiadas para confirmar que el niño ha comprendido la decisión final.
20. Informar al niño con antelación.
21. Implicar a los niños en la creación de tablas de rutinas.
22. Enseñarles que los errores son oportunidades maravillosas para aprender.
23. Dejad de exigir, sermonear y decir y en su lugar hacer preguntas de curiosidad.
24. Probar con un abrazo.

2.4.4. PAUTAS PARA CELEBRAR LAS REUNIONES DE CLASE

1. Nos sentamos todos en círculo, incluido el profesor y tendremos un objeto que indicará quién tiene la palabra.
2. Se inicia la ronda de cumplidos. El receptor de un cumplido dará las gracias.
3. En las reuniones de clase habrá un presidente y un secretario.
 1. El presidente se encargará de iniciar los cumplidos y moderar la reunión. Este rol será rotativo.
 2. El secretario se encargará de anotar en el cuaderno de reuniones de clase las propuestas de clase. Este rol será rotativo. En educación infantil este rol lo asumirá el docente.
4. Las reuniones de clase se realizarán cada quince días. En este periodo los alumnos podrán apuntar los conflictos o problemas que quieran resolver en la siguiente reunión.
5. Las reuniones se inician leyendo los problemas escritos durante esta quincena. Una vez leído el alumno que ha escrito puede optar por explicar cómo se siente mientras los otros escuchan, comentar el problema sin solucionarlo o pedir ayuda para solucionarlo.
6. Si el alumno elige solucionar el problema entonces los alumnos pasarán el objeto para poder dar soluciones o sugerencias.
7. El profesor se contiene para no hacer comentario sobre las sugerencias de sus alumnos.
8. El alumno que ha incluido el punto en el cuaderno puede elegir la sugerencia que cree que le será más útil. Cuando hay otro alumno implicado también él puede elegir una solución. Si las soluciones entran en conflicto, ambos tendrán que reunirse en privado para encontrar una solución que les sirva a los dos. Solo habrá una votación si el problema atañe a toda la clase.
9. El secretario anota en el cuaderno de clase, las soluciones elegidas.

2.5. DIARIO DE PLANIFICACIÓN

Adjuntamos un modelo, de elaboración propia, donde anotaremos los conflictos surgidos y los pasos a seguir para una adecuada resolución, tratando en todo momento de utilizar los principios de la Disciplina Positiva.

CUADERNO DE CLASE	FECHA:
ESCRIBE AQUÍ TU PROBLEMA O CONFLICTO	
PROPUESTAS	
SOLUCIÓN	
CUADERNO DE CLASE	FECHA:
ESCRIBE AQUÍ TU PROBLEMA O CONFLICTO	
PROPUESTAS	
SOLUCIÓN	

2.6. BATERÍA DE CONFLICTOS Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Gracias a los conflictos entre iguales, los niños tienen la oportunidad de:

- aprender
- desarrollarse
- practicar habilidades valiosas para desenvolverse en el día a día.

Es importante que seamos capaces de ver esto.

La mayoría de las veces los alumnos no disponen de las herramientas adecuadas para la resolución de conflictos. De ahí la importancia del trabajo específico en la dotación de herramientas adecuadas o funcionales.

Cuando el grupo o personas implicadas, plantea soluciones ante un conflicto, no debemos olvidar que éstas han de ser respetuosas con todo y todos (no implican culpa, malestar, dolor ni humillación) y cumplir los criterios de Enfoque en soluciones:

- revisamos juntos si es así;
- si no cumple los criterios, la desechamos.

Debemos recordar (3R y 1U): relación con el problema, respetuosa para todos, racional o justa y útil).

Por último, situaremos como ejemplo, los conflictos según los momentos del día escolar en que se producen:

SITUACIÓN	CONFLICTO 1	CONFLICTO 2	CONFLICTO 3	SOLUCIÓN EN CLAVE D.P.
Antes de la sirena de las 9 horas (sólos en el patio)	Juegan y hay bromas o movimientos bruscos que acaban en bronca.	Insultos	Hacen trampas moviendo la fila de mochilas	- Si eliminamos la costumbre de hacer filas, se elimina una norma que no es horizontal sino autoritaria, alejada de un pacto basado en la mutua confianza entre el Colegio y los alumnos. - Trabajar la paciencia en los tiempos de espera. - Trabajamos qué ha llevado a uno a insultar, cómo se ha sentido el insultado, cómo pueden solucionarlo

				ellos...desde una mediación del docente y no como una persona que dirige soluciones.
Filas en pasillo (bajadas y subidas)	No respetan posiciones de orden y se cuelan.	Empujones	Gritos y consiguiente culpabilización; intentan eludir responsabilidades o justificarse.	- Si eliminamos esa norma de las filas y los órdenes de mochilas y trabajamos con ellos la manera pactada, con consecuencias, de ir por el pasillo. - Trabajo individual con quienes empujan pues detrás de esas conductas (gritos, insultos, empujones), subyacen sentimientos que les afectan.
Aseo	Bromas, echar agua a los otros...	Empujones al orinar	Ensucian al limpiar utensilios de Plástica y se culpan	- No consideramos este espacio como parte de las normas que pactamos con ellos y debe hacerse para que sientan el aseo como un espacio de todos y de su responsabilidad. - Disponer de material de limpieza (fregonas, escobas...para que sepan que hay formas de poner remedio y que eso no sólo es cosa de personal de limpieza: responsabilidad del acto.
Patio	Problemas de amistad y celos.	Malentendidos	Trampas al jugar o no respeto de normas	- Qué sentimientos, de las dos partes en conflicto, hay. - Qué pueden hacer ellos para solucionarlo.

SEMINARIO "LA DISCIPLINA POSITIVA Y SU APLICACIÓN METODOLÓGICA EN EL ESPACIO EDUCATIVO"
 COLEGIOS PÚBLICOS ANDRES SEGOVIA Y JAIME VERA (TORREJÓN DE ARDOZ)
 2019/2020

Comedor	Burlas e insultos. Peleas.	Distintas normas y consecuencias en clase y en el comedor.	Problemas de amistad y celos	<ul style="list-style-type: none"> - Dotar de estrategias y habilidades de comunicación en DP para el personal de comedor, con ayuda de docentes más experimentados. - Propiciar más tiempos y espacios para que se puedan trabajar los conflictos con más calidad. - Facilitar carteles y materiales al personal de comedor.
En trabajos por grupos	No cumplen el rol dentro del equipo y el equipo carga con las consecuencias	Desgana o falta de responsabilidad	Gritan y se llevan castigo	<ul style="list-style-type: none"> - Los niños deben tener una experiencia en trabajo cooperativo desde el principio de la escolaridad para que asuman los roles cooperativos. - El profesorado debe manejar el trabajo en equipos y el Aprendizaje Cooperativo pues requieren una serie de técnicas. - Disponer de material de limpieza para que los alumnos se impliquen en la limpieza de lo que han ensuciado y del espacio donde pasan tantas horas.
En las redes sociales	Se insultan	Administradores que desempeñan su rol con despotismo	Lanzan rumores y bulos.	<ul style="list-style-type: none"> - Seguir fomentando Escuela de Padres y Plan Director de la Policía. - Trabajar la normalización de las redes sociales como

SEMINARIO "LA DISCIPLINA POSITIVA Y SU APLICACIÓN METODOLÓGICA EN EL ESPACIO EDUCATIVO"
COLEGIOS PÚBLICOS ANDRES SEGOVIA Y JAIME VERA (TORREJÓN DE ARDOZ)
2019/2020

				herramientas para una adecuada socialización. - Vincular el correcto manejo de las redes a la Expresión Escrita en Lengua.
--	--	--	--	---

3. ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN

3.1. INTRODUCCIÓN

Uno de los requisitos para la implantación de una pedagogía basada en Disciplina Positiva, en adelante DP, es el diálogo y este diálogo ha de estar cargado de respeto pues en DP es esencial el trato respetuoso hacia el niño y la niña.

Por cultura basada en una pedagogía muy autoritaria en la que muchas veces no se trataba con el debido respeto a nuestros pequeños interlocutores, nuestros alumnos, hemos venido utilizando una comunicación poco adecuada que muchas veces no sólo juzga y predice -a veces erróneamente y humillantemente- sino que inhibe la expresión de las opiniones y sentimientos que en esos momentos tienen los alumnos con los que trabajamos.

Tenemos que modificar la comunicación que tenemos con ellos para que, además, ellos aprehendan y utilicen la correcta comunicación, asertiva y firme pero sobre todo respetuosa.

Para ello, hemos creado una batería de estrategias que permiten una comunicación más coherente con la esencia de la DP.

Esta batería quedará a disposición de toda la comunidad educativa pues no sólo el equipo docente es el que interacciona a diario o resuelve conflictos con el alumnado.

3. 2. CARACTERÍSTICAS DEL COMUNICADOR EN DISCIPLINA POSITIVA

Consideramos que el la persona que interacciona con los alumnos y quiera educar en Disciplina Positiva ha de cumplir las siguientes características:

- Comunicarse con claridad. Un elemento importantísimo de la comunicación es el lenguaje, aunque no es el único. Comunicarse además, entre otras cosas, es mirar, escuchar y preguntar. Es necesario que el docente utilice un código lingüístico común a los participantes. De esta manera, se asegura de los alumnos están comprendiendo el mensaje que se está tratando, que muchas veces puede ser un conflicto a solucionar.
- Cuando el docente se halla en una situación de conflicto, éste debe reducir la tensión emocional. Las personas en conflicto se ponen tensas (lo que en este Seminario hemos conocido como cerebro reptiliano, donde la dopamina impide un normal razonamiento calmado), y manifiestan diversas conductas como resultado de diferentes tipos de emociones. El adulto ha de ser capaz de reducir la tensión emocional manteniendo la calma, no elevando el tono de voz, no gesticulando bruscamente...
- No prejuizar, enjuiciar ni interpretar psicológicamente como decíamos antes. El adulto, a veces en rol de mediador, no es juez ni psicólogo. No es competencia del adulto hacer juicios de valor acerca de las conclusiones a las que llegan las personas que disputan. El adulto no debe prejuizar, ni suponer que alguno de los que disputan tiene razón.
- Aceptar las diferencias culturales. Para mediar en un conflicto es primordial dejar a un lado los prejuicios. Se debe tener en cuenta, en todo momento, la posibilidad de que existan diferencias culturales. Afortunadamente, esto es algo que vemos completamente superado en el cuerpo de maestros o al menos en nuestro círculo de trabajo.
- Saber escuchar. El adulto necesita, especialmente, saber escuchar. Los signos que forman el carácter chino que representa la palabra escuchar son cuatro: el oído, los ojos, la atención y el corazón. Para la cultura china escuchar no es solamente poner en funcionamiento el aparato auditivo. Es percibir lo que el otro dice, ver cómo lo dice, atender las razones de lo que dice y comprender con qué intenciones lo dice. Escuchar con el oído me permitirá captar todas las palabras que me dicen. Escuchar con los ojos me permitirá descifrar el lenguaje corporal. Lo que me dice la expresión de la mirada, el rostro, el movimiento de las manos, las posiciones cambiantes del cuerpo. Escuchar con atención me

permitirá comprender el problema. Escuchar con el corazón me permitirá comprender a quien me trae el problema y es parte de él. En definitiva, escuchar no es solo percibir sonidos a través del oído. Es importante mostrar una actitud activa en la escucha, asentir, mostrar interés realizando preguntas a modo de resumen para asegurarte de que estás entendiendo bien lo que las partes involucradas en el conflicto están comunicando.

- Mantenerse neutral, imparcial y no involucrarse afectivamente, así como guardar la confidencialidad. El adulto, si bien participa en las conversaciones, debe permanecer al margen del conflicto. Se comporta como un elemento neutro en relación con la disputa. Él no agrava el conflicto (agrandar el hecho, indignarse) ni lo soluciona (tomar decisiones, reprimir, minimizar, sancionar). Tampoco se pone de parte de uno o de otro (parcialidad). Interviene solo para facilitar los recursos e instrumentos con que las partes, mediante el diálogo, puedan llegar a acuerdos por consenso. El lenguaje no es neutral. Una frase puede parecer de contenido neutro porque no hay en ella juicio de valor. Sin embargo, la persona que la pronuncia puede estar expresando, según la circunstancia, el tono, acento, carga emocional, etc. una gran variedad de significados. Cuando nos comunicamos existe un texto (las palabras que decimos) y un subtexto que en realidad es lo que expresamos con esas palabras. ¿Cuántas veces se filtran a través del lenguaje, y sin que seamos conscientes de ello, nuestras emociones, estados de ánimo, nuestra manera de ver los hechos, etc.? A veces el enfado, la impaciencia u otros sentimientos, pueden influir para que demos el mensaje equivocado. También, existe un lenguaje gestual (miradas, ademanes, movimientos del cuerpo...) que a veces acompaña o subraya lo que decimos verbalmente, otras veces lo contradice y, en muchas ocasiones, nos permite expresarnos sin usar palabras. El mediador, para construir una postura neutral, también necesita incluir un lenguaje neutral. Como mediador debe guardar, en todo momento, la confidencialidad del proceso e instar a las partes a que así lo hagan también.

Es complicado cumplir todas estas características, pero nuestro objetivo ha de ser que nuestro trabajo vaya encaminado a favorecer su cumplimiento.

La mediación posee un enorme potencial educativo. Participar en un proceso de mediación produce una transferencia de aprendizaje, ya que al solucionar un conflicto se puede adquirir la capacidad de solucionar otros futuros conflictos. Aunque las partes no son conscientes de este aprendizaje en el momento en que lo adquieren, sí que podemos observarlo con posterioridad cuando se enfrentan a un nuevo conflicto. La mediación contribuye a generar aprendizaje debido, en gran medida, a aquellas características que forman parte de su propia esencia.

3.3. CÓMO COMUNICAR ADECUADAMENTE EN UN ENTORNO EDUCATIVO DE DISCIPLINA POSITIVA

Lo primero que no debemos olvidar es que nuestras palabras deben ir insertas en un mensaje de respeto; sin un lenguaje hostil y castigador pero tampoco con un lenguaje adulator y apremiador en cuanto a satisfacernos a nosotros con frases del tipo "Me gusta mucho lo que has hecho" sino con enunciados que enfatizan la propia actitud del niño en cuanto a su trabajo o actitud y que sirvan para desarrollo propio del niño como persona íntegra y soberana de sí misma.

Esos enunciados de elogio, que debemos evitar, que parecen querer contentarnos a nosotros que favorecer el crecimiento de los alumnos como personas:

- Me gusta que trabajes sin molestar a los demás.
- ¡Buena chica!
- Lo has hecho justo como esperaba.
- Lo estás haciendo fenomenal.
- ¡Me pongo tan contenta cuando haces la fila sin empujar!

- Estás muy bien sentada.
- Me encanta como te estás portando.
- ¡Un 10! Te mereces un gran premio.
- Eres una niña tan buena.

En este sentido, nuestro lenguaje deberá huir del elogio y la alabanza con enunciados como los que se enumeran según distintas situaciones (Fuente: María José Román, de ¿A qué sabe un abrazo?):

DESCRIBIR DE FORMA OBJETIVA:

- ¡Te has puesto solo los zapatos!
- Hoy estas cenando súper rápido
- Me he fijado que llevas tres días haciendo los deberes sin ayuda

PREGUNTAR:

- ¿Cómo has hecho esa torre?
- ¿Cómo te sientes por haberlo conseguido?
- ¿Qué sientes con lo ocurrido? Me interesa mucho tu opinión.
- ¿Qué has hecho para conseguir terminarlo a tiempo?
- Cuéntame acerca de lo ocurrido.
- ¿Qué opinas sobre lo que ocurrió esta mañana con Martina?
- ¿Me enseñas la forma apropiada de sentarse?

EMPODERAR:

- Sé que podéis solucionarlo solos.
- Tú puedes conseguirlo.
- Confío en ti.
- Lo has logrado y debes estar muy orgullosa de ti misma.

AGRADECER:

- Te agradezco que lleves la ropa a la lavadora.
- ¡Gracias por tu ayuda!
- Gracias por recoger los materiales de Plástica.
- Gracias por consolar a tu hermana.
- Aprecio tu ayuda.

El entorno educativo de un Colegio es ideal para lanzar preguntas al niño. Se aconsejan que éstas reúnan una serie de características:

- No usar la pregunta ¿Por qué?
- No hacer preguntas cuando uno de los dos esté molesto. Esperemos el tiempo necesario para que el cerebro vuelva a razonar con normalidad.
- Hagamos preguntas desde la curiosidad; adentrémonos en el mundo del niño.
- Mostremos empatía y aceptación.

Nuestro lenguaje debe empoderar al niño con enunciados del tipo:

- Sé que podéis encontrar una solución.
- Serás capaz de conseguirlo.
- ¡Has bajado en fila al recreo!

- Te has esforzado mucho para acabar los deberes a tiempo (en lugar de "me parece muy bien que hayas acabado").

Como adultos, educadores o docentes expuestos a un trabajo que erosiona y agota, muchas veces necesitamos la colaboración de los alumnos. Para eso podemos hacerles empatizar con cómo nos sentimos con enunciados así:

- Gracias por callaros o bajar el volumen porque me encuentro con dolor de cabeza.

- Gracias por consolar o decidir ayudar a tu compañera, que tiene dificultades con esos problemas de Matemáticas.

- Te agradezco tu participación.

Nos veremos muchas veces implicados en situaciones de conflicto para lo cual podremos emplear estas estrategias:

1. Preguntar a ambas partes si están preparados para intentar resolver el conflicto. En caso de que no estén de acuerdo, se establecerá otro momento para abordarlo (QUE NO SE NOS OLVIDE). **Conservar la calma**

2. Es imprescindible realizar una escucha activa y objetiva de las partes

- Mirar o estar atento cuando están explicando su postura (escucha activa)

- Asentir (escucha activa)

- Pedir que se respete el turno de palabra (escucha objetiva)

- No negar ni quitar importancia a lo que dice cada parte. (escucha objetiva)

- NO PREJUZGAR A NADIE (no etiquetar a ninguno de los niños)

3. Preguntar a las partes cómo se sienten.

- ¿Cómo te has sentido? (Cartel de emociones y sentimientos si lo necesitan)

4. Resumir y concretar el problema.

- "Si he entendido bien, lo que ha ocurrido es....."

5. Guiar el proceso a través de preguntas:

- ¿Qué te ha sentado mal?

- ¿Qué te ha molestado?

- ¿Cómo crees que se ha sentido el otro?

- ¿Alguna vez te has sentido tú así?

- ¿Qué necesitas para estar bien?

- **Conservar la calma**

6. Propuestas de solución

- ¿Qué puedes hacer para que el otro se sienta mejor?

- ¿Cómo crees que puede resolverse?

- ¿Qué puedes hacer para que no vuelva a pasar?

7. Llegar a un acuerdo consensuado por todas las partes

- No impuesto por el adulto

- Que haga sentir bien a todos

En caso de faltas graves o muy graves, se tendrá en cuenta la normativa oficial del Centro y Decreto 32/2019 de 9 de abril del Consejo de Gobierno por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid.

8. Seguimiento del proceso en los casos que sea necesario (recurrentes, graves...)